

bewell connect



Distribué par / Distributed by
www.visiomed-lab.com

Visiomed Group SA
Service clients / Customers service
8, avenue Kléber
75116 Paris - France
Tel : +33 8 92 350 366 (0,34€/mn)
Fax : +33 1 44 17 93 10
contact@visiomed-lab.fr

Made in China



MyNutriScale

CE

BW-SCF5

By Visiomed








Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

LEXIQUE DES SYMBOLES / SAFETY PRECAUTIONS

	Marquage CE / CE marking
	Attention / Caution
	Garder au sec / Keep dry
	Voir le manuel d'instructions. Avis sur l'équipement "Suivre les instructions d'utilisation". / Refer to instruction manual. Note on the equipment "Follow instructions for use".
	Approuvé par la Commission Fédérale des Communications / Federal Communications Commission approval
	Le dispositif, ses accessoires et son emballage doivent être recyclés de la façon appropriée au terme de leur utilisation. Veuillez respecter les règlements et règles locaux. / The device, accessories and the packaging have to be disposed correctly at the end of the usage. Please follow local ordinances or regulations for disposal.
	Numéro de série / Serial number

 Serial number

SN:

Year Month Day Serial number

bewell connect

FR



MyNutriScale

CE

TABLE DES MATIÈRES

1. AVERTISSEMENTS	7
2. INFORMATIONS	8
2-1. COMPRENDRE LA BALANCE ÉNERGÉTIQUE.....	8
2-2. MES APPORTS ÉNERGÉTIQUES	8
2-3. MES DÉPENSES ÉNERGÉTIQUES	8
2-4. LES BESOINS CALORIQUES	9
2-5. GÉRER MA BALANCE ÉNERGÉTIQUE	9
3. UTILISATION	10
3-1. PRÉCAUTIONS AVANT UTILISATION	10
3-2. UTILISATION DU PÈSE-ALIMENTS MYNUTRISCALE®	10
4. UTILISATION DE L'APPLICATION	11
4-1. TÉLÉCHARGEMENT DE L'APPLICATION	11
4-2. PREMIÈRE UTILISATION – PROGRAMMATION DES DONNÉES PERSONNELLES ...	11
4-3. PRISE DE LA MESURE.....	11
5. CHANGEMENT DES PILES.....	11
6. NETTOYAGE ET ENTRETIEN.....	12
7. ÉVITER LES DYSFONCTIONNEMENTS	12
8. SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES	13
9. GUIDE DE DÉPANNAGE	14

Découvrez comment installer et utiliser l'application BewellConnect® en vous connectant sur notre site www.bewell-connect.com/install

Le fabricant se réserve le droit de modifier sans aucun avis préalable les caractéristiques techniques du produit.

Cher client,

Vous venez d'acquérir MyNutriScale®, le pèse-aliments connecté BewellConnect® et nous vous en remercions. Nous vous souhaitons un excellent usage et vous recommandons de lire attentivement cette notice d'utilisation.

1. AVERTISSEMENTS

- L'utilisateur doit vérifier que l'équipement fonctionne en toute sécurité et qu'il est en bon état avant de s'en servir.
- Utiliser cet appareil uniquement pour l'usage auquel il est destiné tel que décrit dans cette notice.
- Cet appareil peut être utilisé pour un usage personnel à domicile. Tout autre usage pourrait annuler la garantie et causer des blessures
- Utiliser cet appareil dans une plage de température ambiante comprise entre 5 et 35°C.
- Ne pas exposer cet appareil à des conditions de températures extrêmes > 60°C ou < -20°C.
- Ne pas utiliser cet appareil à une humidité relative supérieure à 85%.
- Cet appareil doit toujours être placé dans un endroit propre et sec.
- Ne pas exposer cet appareil au soleil, ni à l'eau.
- Ne pas exposer cet appareil aux chocs électriques.
- Ne pas utiliser cet appareil en extérieur.
- Ne jamais laisser tomber l'appareil.
- Suivre les instructions d'entretien stipulées dans cette notice.
- Ne pas essayer d'ouvrir l'appareil. En cas de problème, contactez votre revendeur.
- Ne pas laisser cet appareil à la portée des enfants.
- Ne pas utiliser de pile autre que les piles citées, ne pas recharger des piles non rechargeables, ne pas les jeter au feu.
- Retirer les piles en cas de non utilisation de l'appareil durant une longue période.
- Cet appareil n'est pas prévu pour être utilisé par des personnes (y compris les enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou des personnes dénuées d'expérience ou de connaissance, sauf si elles ont pu bénéficier par l'intermédiaire d'une personne responsable de leur sécurité, d'une surveillance ou d'instructions préalables concernant l'utilisation de cet appareil.

Important

Veillez respecter la polarité des piles. Une erreur de polarité peut provoquer l'endommagement et compromettre la garantie de votre appareil.

2. INFORMATIONS

2-1. COMPRENDRE LA BALANCE ÉNERGÉTIQUE

Tout aliment fournit des calories et toute calorie fournit de l'énergie. Le corps humain utilise cette énergie pour vivre, respirer et exécuter toutes les activités quotidiennes. Un homme consomme plus d'énergie qu'une femme. Généralement, ses besoins énergétiques sont de 5 à 10% plus élevés que ceux d'une femme, à l'exception d'une femme enceinte ou allaitante, dont les besoins caloriques journaliers assurent la bonne santé de la maman et du bébé. Cette énergie se mesure en Kilocalories (1 kilocalorie = 1000 calories). Elle se note Kcal mais par abus de langage, nous continuons à utiliser le terme « calorie » au lieu de « kilocalorie ».

La balance énergétique représente la différence entre les apports et les dépenses caloriques.

2-2. MES APPORTS ÉNERGÉTIQUES

Vos apports énergétiques proviennent des aliments que vous consommez. Ils fournissent des calories sous la forme de 3 types de macronutriments : les protéines, les glucides et les lipides. Pour contrôler ses apports énergétiques il est important de savoir combien de calories nous apporte un aliment.

TABLEAU DE CONVERSION MACRONUTRIMENTS / KCAL	
1 g de protéine	4 kcal
1 g de glucide	4 kcal
1 g de lipide	9 kcal

Par exemple, un filet de 154 g de poisson blanc apporte 255,2 kcal.

37,7 g de protéines	$37,7 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	150,8 kcal
0 g de glucides	$0 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	0 kcal
11,6 g de lipides	$11,6 \text{ g} \times 9 \text{ kcal/g}$	104,4 kcal

2-3. MES DÉPENSES ÉNERGÉTIQUES

Vos dépenses énergétiques sont de deux types : le métabolisme de base et l'activité physique.

Métabolisme de base + activité physique = énergie dépensée par jour

Le métabolisme de base est l'énergie minimum dont le corps a besoin pour maintenir les fonctions vitales. Il peut énormément varier d'un individu à l'autre. En effet, il dépend de l'âge, du sexe, du poids,... Il représente généralement entre 60 et 70% du métabolisme total (des dépenses énergétiques totales).

L'activité physique englobe aussi bien le sport que la marche pour aller au travail, monter des escaliers ou aller prendre les transports en commun.

2-4. LES BESOINS CALORIQUES

Nous n'avons pas les mêmes besoins caloriques. Ils dépendent de notre âge, de notre sexe, de notre morphologie, de nos activités physiques, du moment de la journée où les calories ont été consommées.

Voilà pourquoi il est inutile de commencer un régime ou de se fixer un quota de calories à consommer par jour sans connaître réellement ses propres besoins caloriques.

Vous êtes une femme, entre 18 et 40 ans :

- Vous ne pratiquez aucune activité physique : vous avez besoin d'environ 1900 calories par jour.
- Vous êtes active : vous avez besoin d'environ 2150 calories par jour.
- Vous êtes une grande sportive : vous avez besoin d'environ 2500 calories.

Vous êtes une femme de plus de 40 ans :

- Vous ne pratiquez aucune activité physique : vous avez besoin d'environ 1750 calories par jour.
- Vous êtes active : vous avez besoin d'environ 2000 calories par jour.
- Vous êtes une grande sportive : vous avez besoin d'environ 2350 calories par jour.

Vous êtes un homme, entre 18 et 40 ans :

- Vous ne pratiquez aucune activité physique : vous avez besoin d'environ 2350 calories par jour.
- Vous êtes actif : vous avez besoin d'environ 2650 calories par jour.
- Vous êtes un grand sportif : vous avez besoin d'environ 3250 calories.

Vous êtes un homme de plus de 40 ans :

- Vous ne pratiquez aucune activité physique : vous avez besoin d'environ 2200 calories par jour.
- Vous êtes actif : vous avez besoin d'environ 2450 calories par jour.
- Vous êtes un grand sportif : vous avez besoin d'environ 3050 calories par jour.

Pour les femmes enceintes et les femmes qui allaitent, vous aurez besoin de plus de calories par jour : comptez 340 calories environ pour une femme enceinte dès son deuxième trimestre de grossesse, et 330 calories environ pour une femme qui allaite.

2-5. GÉRER MA BALANCE ÉNERGÉTIQUE

Pour gérer ma balance énergétique, je dois faire attention à mes apports et à mes dépenses énergétiques. On perd du poids lorsqu'on absorbe moins de calories que ses besoins. (C'est-à-dire moins que son métabolisme total, que ses dépenses caloriques quotidiennes.) On grossit lorsqu'on absorbe plus de calories que ses besoins. C'est pourquoi aucun aliment ne fait vraiment grossir ou maigrir, il s'agit d'un équilibre à adopter.

- Pour faire pencher la balance d'un côté ou de l'autre, il est donc possible d'agir via deux leviers :
- Agir sur les dépenses grâce aux activités physiques
 - Agir sur les apports caloriques

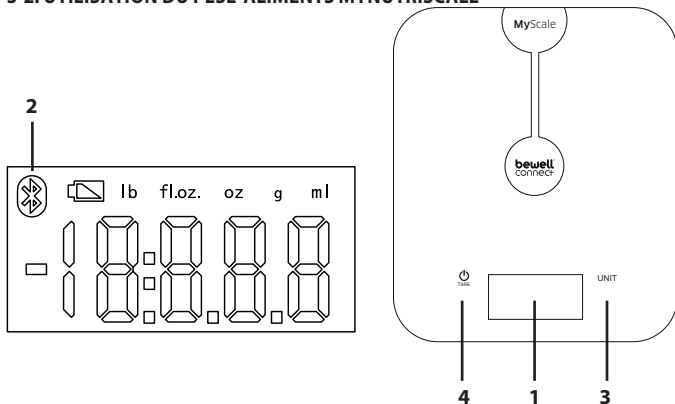
Pour rester en bonne santé pour perdre du poids, la pratique d'activité physique est indispensable à une hygiène de vie saine. La pratique d'une activité physique agit en synergie avec la surveillance des apports caloriques et un rééquilibrage alimentaire durable.

3. UTILISATION

3-1. PRÉCAUTIONS AVANT UTILISATION

- Cet appareil ne convient pas aux enfants de moins de 8 ans. Il convient de ne pas laisser les enfants sans surveillance lors de l'utilisation de l'appareil.
- Placer le pèse-aliments sur une surface solide, plane et antidérapante (éviter de le poser sur un tapis, par exemple).

3-2. UTILISATION DU PÈSE-ALIMENTS MYNUTRISCALE®



1. Ecran d'affichage
2. Bluetooth
3. Bouton UNIT (Unité)
4. Bouton On/Off - Tare

Avertissement de surcharge : Retirez immédiatement les éléments posés sur la balance si celle-ci affiche à l'écran 0-lb. Des dommages irréversibles pourraient être causés à l'appareil.

Choix de l'unité de pesage

Appuyer brièvement sur le bouton « UNIT » pour changer l'unité de pesage. (G - oz - fl. Oz - lb oz - ml - g).

Mode pesage

Appuyez sur le bouton « On/Off-TARE » du pèse-aliments. Celui-ci s'allume. L'écran affiche « - - - », puis le poids de l'aliment pesé. Les chiffres clignotent, puis se stabilisent et restent fixes. Pour tarer le pèse-aliments, posez votre plat vide (assiette, bol, saladier,...) puis appuyez sur « On/Off-TARE ». Ainsi, le poids de votre plat ne sera pas pris en compte. L'écran affichant « 0 g » clignote. Une fois cet écran devenu fixe, vous pouvez poser vos aliments afin de les peser.

4. UTILISATION DE L'APPLICATION

4-1. TÉLÉCHARGEMENT DE L'APPLICATION

Les informations suivantes peuvent être modifiées.



Télécharger l'application BewellConnect® sur votre téléphone ou votre tablette :
- Via app store ou Google Play



- ou en scannant le code QR sur le côté de la boîte.
Cliquer ensuite sur l'icône MyNutriScale®.

4-2. PREMIÈRE UTILISATION – PROGRAMMATION DES DONNÉES PERSONNELLES

Commencez par créer votre profil, ou celui de vos proches. Programmez le profil en indiquant : l'Age, la taille et le sexe.

4-3. PRISE DE LA MESURE

Pour peser vos aliments et suivre vos apports énergétiques, connectez votre appareil (téléphone, tablette) en Bluetooth (connectivité Bluetooth 4.0 smart Low Energy, compatible à partir de l'iPhone 4s).

Allumez le pèse-aliment en appuyant sur le bouton « On/Off-TARE ».

Ouvrez l'application BewellConnect® et choisissez votre profil.

Cliquez sur MyNutriScale® et rendez-vous sur l'écran de mesure avant de peser vos aliments, pour sauvegarder les données.

Posez les aliments sur le pèse-aliments.

La mesure et le transfert des données vers le smartphone ou la tablette sont automatiques avec MyNutriScale®.


Vous pourrez consulter votre historique sur l'application.

L'application MyNutriScale® vous permet de connaître la composition détaillée (protides, glucides, lipides) de n'importe quel aliment et vous aide à choisir les aliments qui correspondent le mieux à vos besoins.

5. CHANGEMENT DES PILES

Le compartiment à piles se situe à l'arrière de l'appareil.

- Lors de la première utilisation, insérez 3 piles AAA neuves dans le pèse-aliments.

- Lorsque l'écran LCD affiche l'icône , les batteries sont faibles ou déchargées. Remplacez les piles usées en prenant bien soin de respecter la polarité. Une erreur de polarité peut provoquer l'endommagement et compromettre la garantie de votre appareil.

- Ne jamais insérer de piles rechargeables. Utilisez des piles à usage unique. Ne pas mélanger de piles neuves avec des piles usagées.

- Ne pas jeter vos piles usagées avec vos déchets ménagers.

- Apporter vos piles usagées à un organisme collecteur.

- En cas de non utilisation prolongée, veillez à retirer les piles de l'appareil afin d'éviter toute fuite de liquide pouvant endommager l'unité.

6. NETTOYAGE ET ENTRETIEN

- Rangez votre pèse-aliments en position horizontale dans un endroit sec et à l'abri de l'humidité.
- Utilisez un chiffon doux et sec pour nettoyer l'unité. Si nécessaire, utilisez un chiffon légèrement humidifié avec de l'eau du robinet.
- Ne pas utiliser d'alcool, de benzène, de diluant ou autres produits chimiques, pour nettoyer l'appareil.
- Ce produit n'est pas étanche, éviter tout contact avec un liquide.
- Si l'unité a été exposée à une température inférieure à 0°C, veillez à la laisser 30 minutes à température ambiante avant utilisation. Sans cette attente, les résultats pourraient être faux.

7. ÉVITER LES DYSFONCTIONNEMENTS


- Ne pas faire tomber l'appareil, éviter les secousses et les chocs.
- Ne rien insérer dans l'appareil, hormis les piles.
- Ne pas démonter le pèse-aliments.
- Ne pas mettre l'appareil dans l'eau.
- Respecter les plages de température et d'humidité spécifiées dans les spécifications.

8. SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

Nom du produit	BewellConnect® MyNutriScale®		
Référence	BW-SCF5		
Item	Unités	Minimum	Maximum
Plage de mesure du pesage	g	2	5000
Précision des graduations			
Précision jusqu'à 1 kg	g	5	
Précision jusqu'à 3 kg	g	15	
Précision jusqu'à 5 kg	g	25	
Unités de poids	g / ml / lb oz / fl. Oz		
Dimensions	210 x 180 x 21mm		
Poids	620g		
Conditions normales d'utilisation	Température : 5 - 35°C / 41 - 95°F Humidité : 20-85%		
Conditions de stockage	Température : -10 - 50°C / 14 - 122°F Humidité : 20-85%		
Technologie Bluetooth	4.0 smart Low Energy		
Alimentation	3 piles AAA (fournies)		
Durée de vie des piles	12 mois - indicateur de batterie faible		
Arrêt automatique	180 secondes		
Accessoires fournis	Un pèse-aliments connecté, une notice.		

9. GUIDE DE DÉPANNAGE

Si l'un des problèmes suivants survient lors de l'utilisation de votre MyNutriScale®, reportez-vous à ce guide de dépannage. Si le problème persiste, veuillez contacter notre support clients.

ERREUR A L'ÉCRAN	CAUSE(S) POSSIBLE(S)	SOLUTION
Rien ne s'affiche quand vous appuyez sur le bouton « On/Off-Tare »	Pas de piles / piles usagées	Insérez des piles neuves.
L'icône  s'affiche	Piles usagées	Insérez des piles neuves.
"o-ld" s'affiche	Avertissement de surcharge	Le poids maximal supporté par le pèse-aliments est de 5kg. Retirez immédiatement les éléments du pèse-aliments, des dommages irréversibles pourraient être causés à l'appareil.

bewell connect

EN



MyNutriScale

CE

COMPLIANT WITH EUROPEAN STANDARDS.

CONTENTS

1. WARNINGS	17
2. INFORMATIONS	18
2-1. UNDERSTANDING THE ENERGY BALANCE.....	18
2-2. MY ENERGY INTAKE.....	18
2-3. MY ENERGY EXPENDITURE	18
2-4. CALORIE REQUIREMENTS	19
2-5. MANAGING MY ENERGY BALANCE.....	19
3. USE	20
3-1. PRECAUTIONS BEFORE USE	20
3-2. USING THE MYNUTRISCALE® FOOD SCALE	20
4. USING THE APP	21
4-1. DOWNLOADING THE APPLICATION.....	21
4-2. FIRST USE – PROGRAMMING PERSONAL DATA	21
4-3. TAKING THE MEASUREMENT	21
5. CHANGING THE BATTERIES.....	21
6. CLEANING AND MAINTENANCE	22
7. AVOIDING MALFUNCTIONS	22
8. TECHNICAL SPECIFICATIONS.....	23
9. TROUBLESHOOTING GUIDE	24

Find out how to install and use the BewellConnect® app by logging on to our website
www.bewell-connect.com/install

The manufacturer reserves the right to change the technical specifications of the product without prior notice.

Dear customer,

You have just bought MyNutriScale®, the connected food scale by BewellConnect®, and we thank you for your custom. We hope that you enjoy using it and recommend reading this user guide carefully.

1. WARNINGS

- The user must check that the equipment works safely and that it is in good condition before using it.
- Use this device only for its intended purpose, as described in this guide.
- This device can be used for personal use at home. Any other use may void the warranty and cause injury.
- Use this device in an ambient temperature range between 5 and 35°C.
- Do not expose this device to extreme temperature conditions > 60°C or < -20°C.
- Do not use this device in relative humidity higher than 85%.
- This device should always be placed in a clean, dry place.
- Do not expose this device to sunlight or water.
- Do not expose this device to electrical shocks.
- Do not use this device outdoors.
- Never drop the device.
- Follow the maintenance instructions stipulated in this guide.
- Do not attempt to open the device. In the event of a problem, contact your retailer.
- Do not leave this device within children's reach.
- Do not use any batteries other than those listed, do not recharge non rechargeable batteries, do not throw them into fire.
- Remove the batteries if the device is not in use for a long period.
- This device is not designed to be used by people (including children) with reduced physical, sensory or mental abilities, or people without experience or knowledge, unless they are able to benefit from it through the intermediary of a person responsible for their safety, under supervision or following prior instructions on how to use this device.

Important

Please observe the polarity of the batteries. A polarity error may cause damage to the device and compromise the warranty.

2. INFORMATIONS

2-1. UNDERSTANDING THE ENERGY BALANCE

All food provides calories and all calories provide energy. The human body uses this energy to live, breathe and perform all daily activities. A man consumes more energy than a woman. Generally, a man's energy needs are 5 to 10% higher than those of a woman, with the exception of pregnant or breastfeeding women, whose daily calorie requirements ensure the good health of the mother and baby. This energy is measured in kilocalories (1 kilocalorie = 1000 calories). It is recorded in Kcal but by misuse of language, we continue to use the term «calorie» instead of «kilocalorie.».

The energy balance represents the difference between caloric intake and expenditure.

2-2. MY ENERGY INTAKE

Your energy intake comes from the foods you eat. They provide calories in the form of 3 types of macronutrients: proteins, carbohydrates and lipids.

To control your energy intake, it is important to know how many calories a food provides.

MACRONUTRIENTS / KCAL CONVERSION TABLE

1 g protein	4 kcals
1 g carbohydrates	4 kcals
1 g fat	9 kcals

For example, a 154 g fillet of white fish provides 255.2 kcals.

37.7 g protein	$37.7 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	150.8 kcals
0 g carbohydrates	$0 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	0 kcals
11.6 g fat	$11.6 \text{ g} \times 9 \text{ kcal/g}$	104.4 kcals

2-3. MY ENERGY EXPENDITURE

You have two types of energy expenditure: basal metabolism and exercise.

Basal metabolism + exercise = energy expended per day

Basal metabolism is the minimum energy the body needs to maintain vital functions. It can vary greatly from one individual to another. Indeed, it depends on age, sex, weight, etc. It generally represents between 60 and 70% of total metabolism (total energy expenditure).

Exercise includes sports such as walking to work, climbing stairs or walking to take public transport.

2-4. CALORIE REQUIREMENTS

We do not all have the same calorie requirements. They depend on our age, our sex, our body type, our exercise, and the time of day when calories were consumed. That is why it is useless to start a diet or to set a quota of calories to consume per day without really knowing your own specific calorie requirements.

You are a woman aged between 18 and 40 :

- You do not take any exercise: you need approximately 1,900 calories per day.
- You are active: you need approximately 2,150 calories per day.
- You are very athletic: you need approximately 2,500 calories.

You are a woman aged over 40 :

- You do not take any exercise: you need approximately 1,750 calories per day.
- You are active: you need approximately 2,000 calories per day.
- You are very athletic: you need approximately 2,350 calories per day.

You are a man aged between 18 and 40 :

- You do not take any exercise: you need approximately 2,350 calories per day.
- You are active: you need approximately 2,650 calories per day.
- You are very athletic: you need approximately 3,250 calories.

You are a man aged over 40 :

- You do not take any exercise: you need approximately 2200 calories per day.
- You are active: you need approximately 2,450 calories per day.
- You are very athletic: you need approximately 3,050 calories per day.

For pregnant women and breastfeeding women, you need more calories per day: allow approximately 340 calories for a pregnant woman from her second trimester of pregnancy, and approximately 330 calories for a breastfeeding woman.

2-5. MANAGING MY ENERGY BALANCE

To manage my energy balance, I have to watch my energy intake and expenditure. You lose weight when you absorb fewer calories than your requirements. (That is to say, less than your total metabolism and your daily calorie expenditures.) You gain fat if you absorb more calories than required. Therefore no food is really fattening or slimming, it is simply a matter of striking a balance.

You can therefore act on two factors in order to tip the scales one way or the other:

- Act on expenditure through exercise
- Act on calorie intake

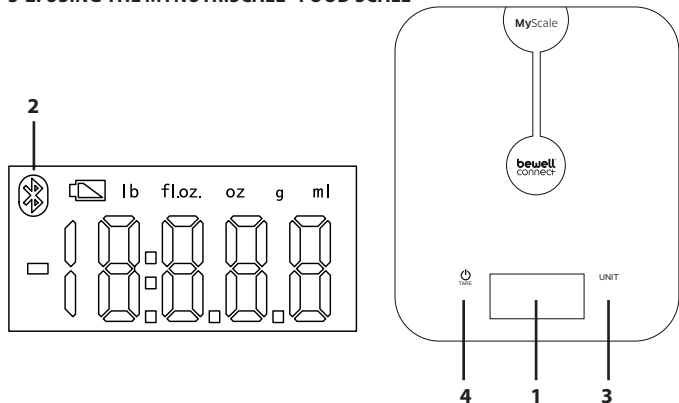
To stay healthy and lose weight, it is essential to take exercise for a healthy lifestyle. Taking exercise acts in synergy with monitoring calorie intake and a balanced diet in the long term.

3. USE

3-1. PRECAUTIONS BEFORE USE

- This device is not suitable for children under 8 years old. Children should not be left unsupervised when using the device.
- Place the food scale on a solid, flat, skid-proof surface (avoid placing it on a carpet, for example).

3-2. USING THE MYNUTRISCALE® FOOD SCALE



1. Display screen
2. Bluetooth
3. UNIT button
4. On/Off - Tare button

Overload warning : Immediately remove the items placed on the food scale if 0-ld appears on the screen. Irreversible damage could be caused to the device.

Choosing the unit of weight

Briefly press the “unit” button to change the unit of weight (G - oz - fl. Oz - lb oz - ml - g).

Weighing mode

Press the « On/Off-TARE » button on the food scale. It lights up. The screen displays “ - - - ” then the weight of the food being weighed. The numbers flash, then stabilise and remain solid. To set the food scale's tare weight, place your empty dish (plate, bowl, salad bowl, etc.) on it then press « On/Off-TARE ». The weight of your dish will therefore not be taken into account. The screen displaying “0 g” flashes. Once this screen has stopped flashing, you can place your food on the scale to weigh it.

4. USING THE APP

4-1. DOWNLOADING THE APPLICATION

The following information is subject to change.



Download the BewellConnect® application on your phone or tablet:

- Through the app store or Google Play
 - or by scanning the QR code on the side of the box.
- Then click on the MyNutriScale® icon.



4-2. FIRST USE – PROGRAMMING PERSONAL DATA

Start by creating a profile for yourself or other users in your household. Programme the profile by entering age, height and sex.

4-3. TAKING THE MEASUREMENT

To weigh your food and monitor your energy intake, connect your device (telephone, tablet) using Bluetooth (Bluetooth 4.0 smart Low Energy connectivity, compatible with iPhone 4s and up).

Turn on the food scale by pressing the « On/Off-TARE » button.

Open the BewellConnect® app and choose your profile.

Click my MyNutriScale® and go to the measuring screen before weighing your food, to save the data.

Place the food on the scale.


Data are measured and transferred to the smartphone or tablet automatically with MyNutriScale®. You can consult your history in the app.

The MyNutriScale® app lets you know the detailed composition (protein, carbohydrates, fat) of any food and helps you choose the food that best meets your needs.

5. CHANGING THE BATTERIES

The battery compartment is located at the back of the device.

- When using it for the first time, insert 3 new AAA batteries into the food scale.

- When the LCD screen displays the icon , the batteries are low or used up. Replace used batteries, taking care to observe the polarity. A polarity error may cause damage to the device and compromise the warranty.

- Never insert rechargeable batteries. Use single-use batteries only. Do not mix new batteries with used batteries.

- Do not throw your used batteries out with household waste.

- Take your used batteries to a collection point.

- Remove the batteries if the device is not for a long period, in order to avoid any leaks that may damage the unit.

6. CLEANING AND MAINTENANCE

- Store your food scale horizontally in a dry place and away from moisture.
- Use a soft, dry cloth to clean the unit. If necessary, use a cloth moistened slightly with tap water.
- Do not use alcohol, benzene, thinner or other chemicals to clean the device.
- This product is not waterproof, avoid contact with liquid.
- If the unit has been exposed to temperatures below 0°C, be sure to leave it for 30 minutes at room temperature before use. Without this waiting period, the results could be wrong.

7. AVOIDING MALFUNCTIONS


- Do not drop the device, avoid jolts and shocks.
- Do not insert anything into the device, excluding batteries.
- Do not disassemble the food scale.
- Do not put the device in water.
- Respect the temperature and humidity ranges specified in the specifications.

8. TECHNICAL SPECIFICATIONS

Product name	BewellConnect® MyNutriScale ®		
Reference	BW-SCF5		
Item	units	minimum	maximum
Weighing measurement range	g	2	5000
Graduation accuracy			
Accurate to 1 kg	g	5	
Accurate to 3 kg	g	15	
Accurate to 5 kg	g	25	
Units of weight	g / ml / lb oz / fl. Oz		
Dimensions	210 x 180 x 21mm		
Weight	620g		
Normal conditions of use	Temperature : 5 - 35°C / 41 – 95°F Humidity : 20-85%		
Storage conditions	Temperature : -10 - 50°C / 14 – 122°F Humidity : 20-85%		
Bluetooth technology	4.0 smart Low Energy		
Power supply	3 AAA batteries (supplied)		
Battery life	12 months - low battery indicator		
Automatic shutdown	180 seconds		
Accessories supplied	One connected food scale, one user guide.		

9. TROUBLESHOOTING GUIDE

If any of the following problems occur when using your MyNutriScale®, please refer to this troubleshooting guide. If the problem persists, please contact our customer support service

SCREEN ERROR	POSSIBLE CAUSE(S)	SOLUTION
Nothing appears when you press the « On/Off-Tare » button	No batteries/batteries used up	Insert new batteries.
The  icon appears	Batteries used up	Insert new batteries.
“o-ld” appears	Overload warning	The maximum weight supported by the food scale is 5kg. Immediately remove all items from the scale, or irreversible damage may be caused to the device.

bewell ^{NL} connect



MyNutriScale

CE

IN OVEREENSTEMMING MET EUROPESE NORMEN.

INHOUDSOPGAVE

1. WAARSCHUWINGEN	27
2. INFORMATIE	28
2-1. INZICHT IN DE ENERGIEBALANS	28
2-2. MIJN ENERGIE-INNAME	28
2-3. MIJN ENERGIEVERBRUIK	28
2-4. DE CALORIEBEHOEFTE	29
2-5. MIJN ENERGIEBALANS BEHEREN	29
3. GEBRUIK	30
3-1. VOORZORGSMATREGELEN VOOR GEBRUIK	30
3-2. GEBRUIK VAN DE MYNUTRISCALE® VOEDINGSWEEGSCHAAL	30
4. GEBRUIK VAN DE APPLICATIE	31
4-1. DE APPLICATIE DOWNLOADEN	31
4-2. EERSTE GEBRUIK - PROGRAMMERING VAN PERSOONSgegevens	31
4-3. WEGEN	31
5. BATTERIJEN VERVANGEN	32
6. REINIGING EN ONDERHOUD	32
7. STORINGEN VERMIJDEN	32
8. TECHNISCHE SPECIFICATIES	33
9. GIDS VOOR HET VERHELPELEN VAN STORINGEN	34

Leer hoe de BewellConnect® applicatie te installeren en te gebruiken door een bezoek te brengen aan onze website www.bewell-connect.com/install

De fabrikant behoudt zich het recht voor om zonder voorafgaande kennisgeving de specificaties van het product te wijzigen.

Geachte klant,

U hebt deze MyNutriScale®, de verbonden voedingsweegschaal van BewellConnect® recentelijk ontvangen en wij danken u hiervoor. We wensen u veel gebruiksplezier en adviseren u om de gebruiksaanwijzing aandachtig te lezen.

1. WAARSCHUWINGEN

- De gebruiker dient te controleren of het apparaat veilig werkt en in goede staat is voor gebruik.
- Gebruik dit apparaat alleen voor het beoogde gebruik, zoals beschreven in deze handleiding.
- Dit apparaat kan worden gebruikt voor persoonlijk gebruik thuis. Elk ander gebruik zal de garantie doen vervallen en kan letsels veroorzaken
- Gebruik dit apparaat in een omgevingstemperatuur tussen 5 en 35°C.
- Stel het apparaat niet bloot aan extreme temperatuursomstandigheden > 60°C of < -20°C.
- Gebruik dit apparaat niet bij een relatieve vochtigheid boven de 85%.
- Dit apparaat moet altijd in een schone, droge plaats worden geplaatst.
- Stel het apparaat niet bloot aan direct zonlicht, of water.
- Stel het apparaat niet bloot aan elektrische schokken.
- Gebruik dit apparaat niet buitenshuis.
- Laat het apparaat nooit vallen.
- Volg de onderhoudsinstructies in deze handleiding.
- Probeer niet om het apparaat te openen. In geval van problemen, neem dan contact op met uw wederverkoper.
- Laat het apparaat niet binnen het bereik van kinderen.
- Gebruik geen andere dan de vermelde batterijen, laad geen niet-oplaadbare batterijen op, gooi ze niet in het vuur..
- Verwijder de batterijen als als het apparaat voor een lange periode niet wordt gebruikt.
- Dit apparaat is niet bedoeld voor gebruik door personen (inclusief kinderen) met beperkte fysieke, zintuiglijke of geestelijke vaardigheden, of door personen zonder enige ervaring of kennis, behalve onder begeleiding van iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid en toezicht en die van tevoren de instructies aangaande dit apparaat goed gelezen heeft.

Belangrijk

Respecteer de polariteit van de batterijen. Een foute polariteit kan schade veroorzaken en afbreuk doen aan de garantie van uw apparaat.

2. INFORMATIE

2-1. INZICHT IN DE ENERGIEBALANS

Elke voedsel biedt calorieën en alle calorieën leveren energie. Het menselijk lichaam maakt gebruik van deze energie om te leven, te ademen en alle dagelijkse activiteiten uit te voeren. Een man verbruikt meer energie dan een vrouw. In het algemeen is zijn energiebehoefte 5 tot 10% hoger dan die van een vrouw - met uitzondering van zwangere of zogende vrouwen, wier dagelijkse caloriebehoefte zorgen voor de goede gezondheid van de moeder en baby. Deze energie wordt gemeten in kilocalorieën (1 kilocalorie = 1000 calorieën). Het wordt genoteerd als Kcal maar door misbruik van de taal blijven we de term «calorie» in plaats van «kilocalorie» gebruiken.

De energiebalans vertegenwoordigt het verschil tussen de inname en het verbruik van calorieën.

2-2. MIJN ENERGIE-INNAME

Uw energie-inname komt uit het voedsel dat u eet. Het geeft u calorieën in de vorm van drie soorten macronutriënten: eiwitten, koolhydraten en lipiden.

Om de energie-inname onder controle te houden is het belangrijk om te weten hoeveel calorieën een voedingsmiddel bevat.

TABEL VOOR DE CONVERSIE VAN MACRONUTRIËNTEN / KCAL

1 g eiwitten	4 kcal
1 g koolhydraten	4 kcal
1 g lipiden	9 kcal

Bijvoorbeeld, een filet van 154 g witte vis bevat 255,2 kcal.

37,7 g eiwitten	37,7 g x 4 kcal/g	150,8 kcal
0 g koolhydraten	0 g x 4 kcal/g	0 kcal
11,6 g lipiden	11,6 g x 9 kcal/g	104,4 kcal

2-3. MIJN ENERGIEVERBRUIK

Uw energieverbruik wordt ingedeeld in twee types: het basaal metabolisme en lichaamsbeweging.

Basaal metabolisme + lichaamsbeweging = verbruikte energie per dag

Het basaal metabolisme is de minimale energie die het lichaam nodig heeft om de vitale functies te handhaven. Het kan sterk variëren van individu tot individu. Het hangt af van leeftijd, geslacht, gewicht,... en vertegenwoordigt in het algemeen tussen 60 en 70% van het totale metabolisme (totale energieverbruik).

Lichaamsbeweging omvat zowel sport als wandelen naar het werk, traplopen of wandelen naar het openbaar vervoer.

2-4. DE CALORIEBEHOEFTE

We hebben niet allemaal dezelfde caloriebehoefte. Zij zijn afhankelijk van onze tijd, ons geslacht, onze lichaamsbouw, onze lichaamsbeweging, de tijd van de dag waarop de calorieën werden opgenomen.

Daarom is het nutteloos om een dieet te beginnen of om een quotum van calorieën te stellen per dag zonder echt uw eigen caloriebehoefte te kennen.

U bent een vrouw tussen de 18 en 40 jaar :

- U beoefent geen fysieke activiteit: u heeft ongeveer 1900 calorieën per dag nodig.
- U heeft een actieve levensstijl: u heeft ongeveer 2150 calorieën per dag nodig.
- U bent zeer sportief: u heeft ongeveer 2500 calorieën nodig.

U bent een vrouw ouder dan 40 jaar :

- U beoefent geen fysieke activiteit: u heeft ongeveer 1750 calorieën per dag nodig.
- U heeft een actieve levensstijl: u heeft ongeveer 2000 calorieën per dag nodig.
- U bent zeer sportief: u heeft ongeveer 2350 calorieën per dag nodig.

U bent een man tussen de 18 en 40 jaar :

- U beoefent geen fysieke activiteit: u heeft ongeveer 2350 calorieën per dag nodig.
- U heeft een actieve levensstijl: u heeft ongeveer 2650 calorieën per dag nodig.
- U bent zeer sportief: u heeft ongeveer 3250 calorieën nodig.

U bent een man ouder dan 40 jaar :

- U beoefent geen fysieke activiteit: u heeft ongeveer 2200 calorieën per dag nodig.
- U heeft een actieve levensstijl: u heeft ongeveer 2450 calorieën per dag nodig.
- U bent zeer sportief: u heeft ongeveer 3050 calorieën per dag nodig.

Zwangere vrouwen en vrouwen die borstvoeding geven hebben meer calorieën per dag nodig: reken ongeveer 340 calorieën voor een zwangere vrouw vanaf haar tweede trimester van de zwangerschap, en ongeveer 330 calorieën voor een vrouw die borstvoeding geeft.

2-5. MIJN ENERGIEBALANS BEHEREN

Om mijn energiebalans te beheren moet ik letten op mijn energie-inname en mijn energieverbruik. Men verliest gewicht wanneer men minder calorieën dan nodig absorbeert. (dat wil zeggen, minder dan het totale metabolisme, minder dan het dagelijkse energieverbruik.) Men wordt dikker wanneer men meer calorieën dan nodig absorbeert. Daarom doet geen enkele voeding echt verdikken of vermageren, het gaat om een evenwicht zoeken.

Om de weegschaal van de ene kant naar de andere te doen schommelen kunt u dus met twee hefbomen werken:

- Het verbruik aanpakken met meer lichaamsbeweging
- De calorie-inname aanpakken

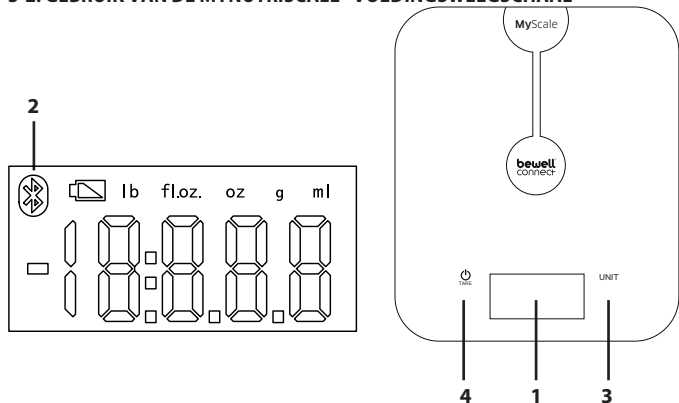
Om gezond te blijven en gewicht te verliezen, is lichaamsbeweging essentieel voor een gezonde levensstijl. Lichamelijke activiteit werkt in harmonie met het toezicht op de calorie-inname en een duurzaam voedingsevenwicht.

3. GEBRUIK

3-1. VOORZORGSMAATREGELEN VOOR GEBRUIK

- Dit apparaat is niet geschikt voor kinderen onder de 8 jaar. Laat geen kinderen zonder toezicht tijdens het gebruik van het apparaat.
- Plaats de voedingsweegschaal op een stevige, vlakke, niet-slippende ondergrond (vermijd het plaatsen op een tapijt, bijvoorbeeld).

3-2. GEBRUIK VAN DE MYNUTRISCALE® VOEDINGSWEEGSCHAAL



1. Scherm
2. Bluetooth
3. UNIT-knop (Eenheid)
4. On/Off - Tare-knop

Waarschuwing van overbelasting: Verwijder onmiddellijk de voorwerpen op de schaal als het scherm 0-ld weergeeft. Er kan onomkeerbare schade worden toegebracht aan het apparaat.

Keuze van de weegeenheid

Druk kort op de «unit»-knop om de weegeenheid te veranderen (G - oz - fl. Oz - lb oz - ml - g).

Weegmodus

Druk op de « On/Off-TARE »-knop van de voedingsweegschaal. Deze schakelt zich in. Op het scherm verschijnt «---» en het gewicht van het gewogen eten. De cijfers knipperen, stabiliseren

en blijven onveranderd.

Om de voedingsweegschaal te kalibreren plaatst u een leeg bord (bord, kom, slakom,...) en drukt u op « On/Off-TARE »-knop. Zo zal geen rekening worden gehouden met het gewicht van uw bord. De schermweergave «0 g» knippert. Zodra dit scherm stopt met knipperen kunt u er uw eten op plaatsen om het te wegen.

4. GEBRUIK VAN DE APPLICATIE

4-1. DE APPLICATIE DOWNLOADEN

De volgende informatie is onder voorbehoud.



Download de BewellConnect® applicatie op uw telefoon of tablet:

- via de App Store of Google Play



- of door de QR-code op de zijkant van de doos te scannen.

Klik vervolgens op het MyNutriScale® pictogram.

4-2. EERSTE GEBRUIK - PROGRAMMERING VAN PERSOONSGEGEVENS

Begin met het aanmaken van uw profiel, of dat van uw familieleden.

Stel het profiel in met uw leeftijd, lengte en geslacht.

4-3. WEGEN

Om uw voedsel te wegen en uw energie-inname op te volgen kunt u uw apparaat (telefoon, tablet) via Bluetooth (Bluetooth 4.0 smart Low Energie-connectiviteit, compatibel vanaf de iPhone 4s) verbinden.

Schakel de voedingsweegschaal in door op de « On/Off-TARE »-knop te drukken.

Open de BewellConnect® applicatie en selecteer uw profiel.

Klik op MyNutriScale® en ga naar het meetscherm vóór het wegen van uw voedsel, om de gegevens op te slaan.

Plaats het voedsel op de voedingsweegschaal.


De meting en gegevensoverdracht naar de smartphone of tablet gebeurt automatisch met MyNutriScale®.

U zult uw geschiedenis kunnen bekijken op de applicatie.

Met de MyNutriScale® applicatie kunt u de gedetailleerde samenstelling (eiwitten, koolhydraten, vetten) van om het even welk voedsel te zien krijgen en zo beter kiezen welke voedingsmiddelen die het beste bij uw behoeften passen.

5. BATTERIJEN VERVANGEN

Het batterijcompartiment bevindt zich aan de achterkant van het apparaat.

- Bij het eerste gebruik, plaats 3 nieuwe AAA-batterijen in de weegschaal.
- Wanneer het LCD-scherm het pictogram  weergeeft, zijn de batterijen bijna of helemaal leeg. Vervang lege batterijen en respecteer de polariteit. Een foute polariteit kan schade veroorzaken en afbreuk doen aan de garantie van uw apparaat.
- Plaats nooit oplaadbare batterijen. Gebruik wegwerpbatterijen. Gebruik geen nieuwe batterijen samen met oude batterijen.
- Gooi uw oude batterijen niet bij het huisvuil.
- Breng uw gebruikte batterijen naar een verzamelpunt.
- Bij lange periodes van niet-gebruik, moet u de batterijen uit het apparaat halen om lekkage te voorkomen die het apparaat kan beschadigen.

6. REINIGING EN ONDERHOUD

- Bewaar uw weegschaal horizontaal op een droge plaats en uit de buurt van vocht.
- Gebruik een zachte, droge doek om het toestel te reinigen. Indien nodig, gebruik dan een licht bevochtigde doek met kraanwater.
- Gebruik geen alcohol, benzine, verdunner of andere chemicaliën om het apparaat te reinigen.
- Dit product is niet waterdicht, vermijd contact met vloeistoffen.
- Als het apparaat is blootgesteld aan temperaturen onder 0°C, moet u het 30 minuten laten staan bij kamertemperatuur vóór gebruik. Zonder deze wachtperiode kunnen de resultaten foutief zijn.

7. STORINGEN VERMIJDEN


- Laat het apparaat niet vallen, voorkom stoten en schokken.
- Steek niets in het toestel, behalve de batterijen.
- Haal de weegschaal niet uit elkaar.
- Gebruik het apparaat niet in water.
- Respecteer de temperatuur en vochtigheid vermeld in de specificaties.

8. TECHNISCHE SPECIFICATIES

Productnaam	BewellConnect® MyNutriScale®		
Referentie	BW-SCF5		
Item	eenheden	minimum	maximum
Meetbereik van gewicht	g	2	5000
Nauwkeurigheid van de waarden			
Nauwkeurig tot 1 kg	g	5	
Nauwkeurig tot 3 kg	g	15	
Nauwkeurig tot 5 kg	g	25	
Gewichtseenheden	g / ml / lb oz / fl. Oz		
Afmetingen	210 x 180 x 21mm		
Gewicht	620g		
Normale gebruiksomstandigheden	Temp. : 5 - 35°C / 41 – 95°F Vochtigh : 20-85%		
Opslagomstandigheden	Temp. : -10 - 50°C / 14 – 122°F Vochtigh : 20-85%		
Bluetooth-technologie	4.0 smart Low Energy		
Voeding	3 AAA-batterijen (meegeleverd)		
Batterijduur	12 maanden - indicator van lage batterij		
Automatische uitschakeling	180 seconden		
Meegeleverde accessoires	Een verbonden voedingsweegschaal, een handleiding.		

9. GIDS VOOR HET VERHELPEN VAN STORINGEN

Als een van de volgende problemen optreedt bij het gebruik van uw MyNutriScale®, raadpleeg dan deze gids voor het verhelp van storingen. Als het probleem aanhoudt, neem dan contact op met onze klantenondersteuning.

FOUT OP HET SCHERM	MOGELIJKE OORZA(A)K(EN)	OPLOSSING
Er verschijnt niets als u op de « On/Off-Tare »-knop drukt	Geen batterijen / lege batterijen	Plaats nieuwe batterijen.
Het pictogram  verschijnt	Lege batterijen	Plaats nieuwe batterijen.
“o-ld” verschijnt	Waarschuwing van overbelasting	Het maximale gewicht dat wordt ondersteund door de weegschaal is 5 kg. Verwijder onmiddellijk het gewicht van de weegschaal, er kan onherstelbare schade worden toegebracht aan het apparaat.

bewell connect

ES



MyNutriScale

CE

ÍNDICE

1. ADVERTENCIAS.....	37
2. INFORMACIÓN.....	38
2-1. ENTENDER EL EQUILIBRIO ENERGÉTICO	38
2-2. MIS APORTES ENERGÉTICOS	38
2-3. MIS CONSUMOS ENERGÉTICOS	38
2-4. LAS NECESIDADES CALÓRICAS	39
2-5. GESTIONAR MI EQUILIBRIO ENERGÉTICO	39
3. USO	40
3-1. PRECAUCIONES ANTES DE USO.....	40
3-2. USO DEL PESO DE COCINA MYNUTRISCALE®	40
4. USO DE LA APLICACIÓN.....	41
4-1. DESCARGA DE LA APLICACIÓN.....	41
4-2. PRIMER USO – PROGRAMACIÓN DE LOS DATOS PERSONALES	41
4-3. TOMA DE MEDIDAS	41
5. CAMBIO DE LAS PILAS	41
6. LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO	42
7. EVITA LOS FUNCIONAMIENTOS INCORRECTOS.....	42
8. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS.....	43
9. GUÍA DE SOLUCIONES.....	44

Más información sobre cómo instalar y utilizar la aplicación BewellConnect® conectándote a nuestro sitio web www.bewell-connect.com/install

El fabricante se reserva el derecho de modificar sin previo aviso las características técnicas del producto.

Estimado cliente,

Acabas de adquirir una báscula para alimentos MyNutriScale® de BewellConnect® y te damos las gracias por ello. Te deseamos un uso excelente y te recomendamos que leas atentamente este manual de instrucciones.

1. ADVERTENCIAS

- El usuario debe comprobar que el equipo funciona con total seguridad y que está en buen estado antes de usarlo.
- Utilizar este aparato solo para el uso previsto, tal como se describe en este manual.
- Este aparato se puede utilizar para un uso personal en el hogar. Cualquier otro uso podría anular la garantía y causar heridas
- Utilizar este aparato en una temperatura ambiente de entre 5 y 35°C.
- No exponer este aparato a condiciones de temperatura extremas $T > 60^{\circ}\text{C}$ - $T < - 20^{\circ}\text{C}$.
- No utilizar este aparato con una humedad relativa superior al 85%.
- Este aparato debe colocarse siempre en un lugar limpio y seco.
- No exponer este aparato a la luz solar ni al agua.
- No exponer este aparato a una descarga eléctrica.
- No utilizar este aparato en el exterior.
- No dejar nunca caer la cámara.
- Seguir las instrucciones de mantenimiento especificadas en este manual.
- No intentar abrir el aparato. En caso de problemas, ponerse en contacto con el distribuidor.
- No dejar este aparato al alcance de los niños.
- No utilizar pilas que no sean las pilas que se indican, no recargar las pilas no recargables, no arrojarlas al fuego.
- Quitar las pilas cuando no se vaya a usar el aparato durante un largo periodo.
- Este aparato no está diseñado para ser utilizado por personas (incluidos niños) con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o falta de experiencia y conocimiento, a menos que hayan recibido, a través de una persona responsable de su seguridad, una supervisión o unas instrucciones sobre el uso de este aparato.

Importante

Respete la polaridad de las pilas. Un error de polaridad puede causar daños y poner en peligro la garantía de su aparato.

2. INFORMACIÓN

2-1. ENTENDER EL EQUILIBRIO ENERGÉTICO

Todo alimento proporciona calorías y toda caloría proporciona energía. El cuerpo humano utiliza esta energía para vivir, respirar y ejecutar todas las actividades cotidianas. Un hombre consume más energía que una mujer. En general, sus necesidades energéticas son del 5 al 10 % más elevadas que las de una mujer, a excepción de una mujer embarazada o que amamanta, cuyas necesidades calóricas diarias garantizan la buena salud de la mamá y del bebé. Esta energía se mide en kilocalorías (1 kilocaloría = 1000 calorías). Se escribe Kcal pero por uso del lenguaje, seguimos usando el término «caloría» en lugar de «kilocaloría».

El equilibrio energético representa la diferencia entre los aportes y los consumos calóricos.

2-2. MIS APORTES ENERGÉTICOS

Tus aportes energéticos proceden de los alimentos que consumes. Proporcionan calorías en forma de 3 tipos de macronutrientes: las proteínas, los glúcidos y los lípidos.

Para controlar tus aportes energéticos, es importante saber cuántas calorías nos aporta un alimento.

TABLA DE CONVERSIÓN MACRONUTRIENTES / KCAL

1 g de proteínas	4 kcal
1 g de glúcidos	4 kcal
1 g de lípidos	9 kcal

Por ejemplo, un filete de 154 g de pescado blanco aporta 255,2 kcal.

37,7 g de proteínas	$37,7 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	150,8 kcal
0 g de glúcidos	$0 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	0 kcal
11,6 g de lípidos	$11,6 \text{ g} \times 9 \text{ kcal/g}$	104,4 kcal

2-3. MIS CONSUMOS ENERGÉTICOS

Tus consumos energéticos son de dos tipos: el metabolismo de base y la actividad física.

Metabolismo de base + actividad física = energía consumida por día

El metabolismo de base es la energía mínima que el cuerpo necesita para mantener las funciones vitales. Puede variar mucho de un individuo a otro. En efecto, depende de la edad, del sexo, del peso,... En general, representa entre el 60 y el 70 % del metabolismo total (de los consumos energéticos totales).

La actividad física engloba tanto hacer deporte como ir caminando al trabajo, subir escaleras o ir a coger el transporte público.

2-4. LAS NECESIDADES CALÓRICAS

No tenemos las mismas necesidades calóricas. Dependen de nuestra edad, de nuestro sexo, de nuestra morfología, de nuestras actividades físicas, del momento del día en que se han consumido las calorías.

Por eso es inútil empezar un régimen o fijarse una cantidad de calorías a consumir diariamente sin conocer realmente tus propias necesidades calóricas.

Eres una mujer, entre 18 y 40 años :

- No practicas ninguna actividad física: necesitas unas 1.900 calorías al día.
- Eres activa: necesitas unas 2.150 calorías al día.
- Eres una gran deportista: necesitas unas 2.500 calorías.

Eres una mujer mayor de 40 años :

- No practicas ninguna actividad física: necesitas unas 1750 calorías al día.
- Eres activa: necesitas unas 2000 calorías al día.
- Eres una gran deportista: necesitas unas 2.350 calorías al día.

Eres un hombre entre 18 y 40 años :

- No practicas ninguna actividad física: necesitas unas 2350 calorías al día.
- Eres activo: necesitas unas 2.650 calorías al día.
- Eres una gran deportista: necesitas unas 3.250 calorías

Eres un hombre mayor de 40 años :

- No practicas ninguna actividad física: necesitas unas 2200 calorías al día.
- No eres activo: necesitas unas 2.450 calorías al día.
- Eres un gran deportista: necesitas unas 3.050 calorías al día.

Las mujeres embarazadas y las mujeres que amamantan, necesitaréis más calorías al día: contad unas 340 calorías para una mujer embarazada a partir de su segundo trimestre de embarazo, y unas 330 calorías para una mujer que amamanta.

2-5. GESTIONAR MI EQUILIBRIO ENERGÉTICO

Para gestionar mi equilibrio energético, debo controlar mis aportes y mis consumos energéticos. Se pierde peso cuando se absorben menos calorías que las que se necesitan. (Es decir menos que tu metabolismo total, que tus consumos calóricos diarios.) Se engorda cuanto se absorben más calorías que las que se necesitan. Por eso ningún alimento hace engordar o adelgazar, se trata de un equilibrio que se debe adoptar.

Para que la balanza se incline a uno u otro lado, es posible actuar según dos baremos:

- Actuar sobre los consumos gracias a las actividades físicas
- Actuar sobre los aportes calóricos

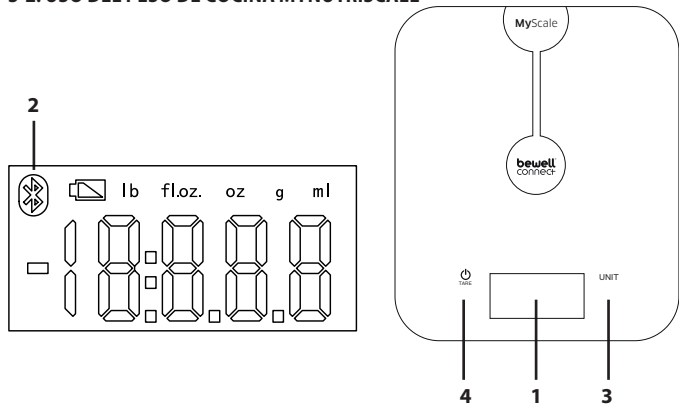
Para mantenerse sano al perder peso, practicar una actividad física: es imprescindible para llevar una vida sana. La práctica de una actividad física actúa en sinergia con la vigilancia de los aportes calóricos y un reequilibrado alimentario duradero.

3. USO

3-1. PRECAUCIONES ANTES DE USO

- Este aparato no es adecuado para niños menores de 8 años. No se recomienda dejar a los niños sin vigilancia al usar este aparato.
- Coloca el peso de cocina sobre una superficie sólida, plana y antiderrapante (evita colocarlo sobre una alfombra, por ejemplo).

3-2. USO DEL PESO DE COCINA MYNUTRISCALE®



1. Pantalla de visualización
2. Bluetooth
3. Botón UNIT (Unidad)
4. Botón On/Off - Tare

Aviso de sobrecarga : Retira inmediatamente los elementos colocados en la báscula si aparece en la pantalla 0-ld. El aparato podría sufrir daños irreversibles.

Elección de la unidad

Pulsa brevemente el botón «UNIT» para cambiar la unidad de peso (G - oz - fl. Oz - lb oz - ml - g).

Modo de medición del peso

Pulsa el botón « On/Off-TARE » del peso de cocina. Se enciende. La pantalla muestra « - - - » y después el peso del alimento pesado. Los números parpadean, después se estabilizan y se quedan fijos.

Para calcular cuánto pesa el peso de cocina, coloca tu plato vacío (plato, cuenco, ensaladera, etc.) después pulsa « On/Off-TARE ». Así, el peso de tu plato no se tomará en cuenta. La pantalla que muestra «0 g» parpadea. Cuando esta pantalla se quede fija, puedes colocar tus alimentos para pesarlos.

4. USO DE LA APLICACIÓN

4-1. DESCARGA DE LA APLICACIÓN

La siguiente información está sujeta a cambios.



Descargue la aplicación BewellConnect® en su móvil o tablet:

- a través de la app store o Google Play



- o escaneando el código qr en el lateral de la caja.

Luego haga clic en el icono MyNutriScale®.

4-2. PRIMER USO – PROGRAMACIÓN DE LOS DATOS PERSONALES

Empieza por crear tu perfil, o el de tus allegados.

Programa el perfil indicando: la edad, la talla y el sexo.

4-3. TOMA DE MEDIDAS

Para pesar tus alimentos y controlar tus aportes energéticos, conecta tu aparato (teléfono, tableta) mediante Bluetooth (conectividad Bluetooth 4.0 smart Low Energy, compatible desde el iPhone 4s).

Enciende el peso de cocina pulsando el botón « On/Off-TARE ».

Abre la aplicación BewellConnect® y elige tu perfil.

Haz clic en MyNutriScale® y dirígete a la pantalla de medidas antes de pesar tus alimentos, para guardar los datos.

Coloca los alimentos en el peso de cocina.

La medida y el envío de los datos al Smartphone o a la tableta son automáticos con MyNutriScale®.


Podrás consultar tu historial en la aplicación.

La aplicación MyNutriScale® te permite conocer la composición detallada (prótidos, glúcidos, lípidos) de cualquier alimento y te ayuda a elegir los alimentos que mejor corresponden a tus necesidades.

5. CAMBIO DE LAS PILAS

El compartimento de las pilas está situado en la parte trasera del aparato.

- Al usarlo por primera vez, inserta 3 pilas AAA nuevas en el peso de cocina.

- Cuando la pantalla LCD muestra el icono , las baterías están bajas o descargadas. Cambia las pilas gastadas, teniendo cuidado de respetar la polaridad. Un error de polaridad puede causar daños y poner en peligro la garantía de su aparato.

- Nunca insertes pilas recargables. Utiliza pilas desechables. No mezcles pilas gastadas y pilas nuevas.

- No deseches las pilas gastadas con la basura doméstica.

- Lleva las pilas gastadas a una agencia de colección.

- Si no lo va a utilizar durante largos períodos de tiempo debe retirar las pilas del aparato para evitar una fuga de líquido que podría dañar el equipo.

6. LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

- Almacena el peso de cocina en un lugar seco y lejos de la humedad.
- Utiliza un paño suave y seco para limpiar la unidad. Si es necesario, utiliza un paño ligeramente humedecido con agua del grifo.
- No utilices alcohol, benceno, disolventes u otros productos químicos para limpiar la unidad.
- Este producto no es resistente al agua, evitar el contacto con un líquido.
- Si la unidad se ha expuesto a temperaturas por debajo de 0°C, debes dejarla 30 minutos a temperatura ambiente antes de usarla. Si no esperas, los resultados podrían ser erróneos.

7. EVITA LOS FUNCIONAMIENTOS INCORRECTOS


- No dejes caer el dispositivo, evitar las sacudidas y golpes.
- No introduzcas ningún objeto en el aparato, excepto las pilas.
- No desmontes la balanza.
- No pongas el aparato en agua.
- Respeta los rangos de temperatura y humedad indicados en las especificaciones.

8. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Nombre del producto	BewellConnect® MyNutriScale®		
Referencia	BW-SCF5		
Artículo	unidades	mínimo	máximo
Rango de medición del peso	g	2	5000
Precisión de las graduaciones			
Precisión hasta 1 kg	g	5	
Precisión hasta 3 kg	g	15	
Precisión hasta 5 kg	g	25	
Unidades de peso	g / ml / lb oz / fl. Oz		
Dimensiones	210 x 180 x 21mm		
Peso	620g		
Condiciones normales de uso	Tiempo : 5 - 35°C / 41 – 95°F Hum. : 20-85%		
Condiciones de almacenamiento	Tiempo : -10 - 50°C / 14 – 122°F Hum. : 20-85%		
Tecnología Bluetooth	4.0 smart Low Energy		
Alimentación	3 pilas AAA (incluidas)		
Vida útil de las pilas	12 meses - indicador de batería baja		
Apagado automático	180 segundos		
Accesorios suministrados	Un peso de cocina conectado, un manual.		

9. GUÍA DE SOLUCIONES

Si surge alguno de los siguientes problemas al utilizar tu MyNutriScale®, consulta esta guía de solución de problemas. Si el problema persiste, ponte en contacto con nuestro servicio de atención al cliente.

ERROR EN PANTALLA	CAUSA(S) POSIBLE(S)	SOLUCIÓN
No se muestra nada cuando pulsas el botón « On/Off-Tare »	No hay pilas / pilas gastadas	Inserta pilas nuevas.
Se muestra el icono 	Pilas gastadas	Inserta pilas nuevas.
Se muestra "o-ld"	Aviso de sobrecarga	El peso máximo soportado por el peso de cocina es de 5 kg. Retira inmediatamente los elementos del peso de cocina, el aparato podría sufrir daños irreversibles.

bewell DE connect



MyNutriScale

CE

INHALT

1. WARNHINWEISE	47
2. INFORMATIONEN	48
2-1. WAS IST DIE ENERGIEBILANZ?	48
2-2. DIE ENERGIEZUFUHR	48
2-3. DER ENERGIEVERBRAUCH	48
2-4. DER KALORIENBEDARF	49
2-5. DIE ENERGIEBILANZ STEuern	49
3. GEBRAUCH	50
3-1. HINWEISE VOR DEM GEBRAUCH	50
3-2. GEBRAUCH DER KALORIENWAAGE MYNUTRISCALE®	50
4. VERWENDUNG DER APP	51
4-1. APP HERUNTERLADEN	51
4-2. ERSTER GEBRAUCH – PROGRAMMIERUNG DER PERSÖNLICHEN DATEN	51
4-3. WIEGEN	51
5. BATTERIEN AUSWECHSELN	51
6. REINIGUNG UND PFLEGE	52
7. FEHLFUNKTIONEN VERMEIDEN	52
8. TECHNISCHE EIGENSCHAFTEN	53
9. FEHLERBEHEBUNG	54

Sie erfahren, wie Sie die App BewellConnect installieren und nutzen können, indem Sie sich auf unsere Website www.bewell-connect.com/install begeben

Der hersteller behält sich das recht vor, ohne vorherige ankündigung die technischen eigenschaften des produkts zu ändern.

Lieber Kunde,

Sie haben diese vernetzte Kalorienwaage MyNutriScale® von BewellConnect® erstanden und dafür möchten wir Ihnen danken. Wir wünschen Ihnen viel Freude mit Ihrer Waage und raten Ihnen, diese Gebrauchsanweisung aufmerksam durchzulesen.

1. WARNHINWEISE

- Der Nutzer muss vor der Verwendung des Geräts sicherstellen, dass es gefahrlos funktioniert und sich in einwandfreiem Zustand befindet.
- Verwenden Sie das Gerät ausschließlich gemäß seiner Bestimmung, wie sie in dieser Gebrauchsanweisung beschrieben ist.
- Das Gerät kann privat und zu Hause benutzt werden. Jeder andere Gebrauch kann ein Erlöschen der Garantie zur Folge haben und Verletzungen verursachen.
- Verwenden Sie das Gerät in einer Umgebung, deren Temperatur zwischen 5 und 35°C liegt.
- Setzen Sie das Gerät keinen extremen Temperaturen von > 60°C oder < -20°C aus.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei einer Luftfeuchtigkeit von mehr als 85 %.
- Das Gerät muss immer an einem sauberen und trockenen Ort aufgestellt werden.
- Setzen Sie das Gerät keiner direkten Sonneneinstrahlung aus und bringen Sie es nicht mit Wasser in Kontakt.
- Setzen Sie das Gerät keiner elektrischen Spannung aus.
- Benutzen Sie das Gerät nicht im Freien.
- Lassen Sie das Gerät nicht fallen.
- Beachten Sie die in dieser Gebrauchsanweisung aufgeführten Pflegehinweise.
- Versuchen Sie nicht, das Gerät zu öffnen. Bei Problemen wenden Sie sich bitte an den Verkäufer.
- Heben Sie das Gerät an einem für Kinder unzugänglichen Ort auf.
- Benutzen Sie keine anderen Batterien außer die angegebenen, laden Sie nicht wiederaufladbare Batterien nicht auf und werfen Sie sie nicht in offenes Feuer.
- Nehmen Sie bei einer längeren Nichtbenutzung des Geräts die Batterien heraus.
- Dieses Gerät ist nicht für die Nutzung durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder durch Personen ohne ausreichende Erfahrung oder Kenntnisse gedacht, außer wenn diese von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person betreut oder überwacht werden oder zuvor Anweisungen bezüglich der Benutzung des Geräts erhalten haben.

Wichtiger Hinweis

Bitte achten Sie auf die Polung der Batterien. Ein falsches Einlegen der Batterien kann eine Beschädigung des Geräts verursachen und die Garantie beeinträchtigen.

2. INFORMATIONEN

2-1. WAS IST DIE ENERGIEBILANZ?

Jedes Nahrungsmittel liefert Kalorien und jede Kalorie liefert Energie. Der menschliche Körper benötigt diese Energie zum Leben, Atmen und um sich zu bewegen. Ein Mann verbraucht mehr Energie als eine Frau. Sein Energiebedarf liegt durchschnittlich um 5 bis 10 % über dem einer Frau, mit Ausnahme stillender oder schwangerer Frauen, deren täglicher Energiebedarf für beide gilt – die Mutter und das Baby. Diese Energie wird in Kilokalorien angegeben (1 Kilokalorie = 1000 Kalorien). Ihre Abkürzung heißt Kcal, doch umgangssprachlich sprechen wir oft von „Kalorien“ anstatt von „Kilokalorien“.

Die Energiebilanz stellt den Unterschied zwischen Energiezufuhr und -verbrauch dar.

2-2. DIE ENERGIEZUFUHR

Ihre Energiezufuhr stammt von den Lebensmitteln, die Sie essen. Sie liefern Kalorien in Form von 3 unterschiedlichen Makronährstoffen: Proteinen, Kohlenhydraten und Fetten.

Um die Energiezufuhr kontrollieren zu können, ist es wichtig zu wissen, wie viel Kalorien uns ein bestimmtes Lebensmittel liefert.

UMRECHNUNGSTABELLE MAKRONÄHRSTOFFE / KCAL	
1 g Proteine	4 kcal
1 g Kohlenhydrate	4 kcal
1 g Fette	9 kcal

Beispielsweise liefert ein Fischfilet von 154 g exakt 255,2 kcal.

37,7 g Proteine	$37,7 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	150,8 kcal
0 g Kohlenhydrate	$0 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	0 kcal
11,6 g Fette	$11,6 \text{ g} \times 9 \text{ kcal/g}$	104,4 kcal

2-3. DER ENERGIEVERBRAUCH

Ihr Energieverbrauch unterteilt sich in zwei Bereiche: den Grundumsatz und die körperliche Bewegung.

$\text{Grundumsatz} + \text{körperliche Bewegung} = \text{Energieverbrauch pro Tag}$
--

Der Grundumsatz ist das Minimum an Energie, die der Körper benötigt, um seine Vitalfunktionen aufrechterhalten zu können. Er kann von Mensch zu Mensch sehr stark schwanken. Denn er hängt unter anderem von Alter, Geschlecht oder Gewicht ab. Er stellt normalerweise 60 bis 70 % des gesamten Stoffwechsels (des gesamten Energieverbrauchs) dar.

Der Begriff „körperliche Bewegung“ umfasst sowohl sportliche Aktivitäten als auch den Gang zur Arbeit, das Treppensteigen oder die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel.

2-4. DER KALORIENBEDARF

Nicht alle Menschen haben den gleichen Kalorienbedarf. Er hängt von unserem Alter, Geschlecht, von unserer Morphologie, unserer körperlichen Bewegung, von der Tageszeit oder den bereits verzehrten Kalorien ab.

Deshalb ist es wenig hilfreich, eine Diät zu beginnen oder sich eine tägliche Kaloriengrenze aufzuerlegen, ohne seinen individuellen Kalorienbedarf zu kennen.

Sie sind eine Frau und zwischen 18 und 40 Jahren alt :

- Sie haben kaum körperliche Bewegung: Sie benötigen etwa 1900 Kalorien pro Tag.
- Sie sind körperlich aktiv: Sie benötigen etwa 2150 Kalorien pro Tag.
- Sie sind sehr sportlich: Sie benötigen etwa 2500 Kalorien.

Sie sind eine Frau und über 40 Jahre alt :

- Sie haben kaum körperliche Bewegung: Sie benötigen etwa 1750 Kalorien pro Tag.
- Sie sind körperlich aktiv: Sie benötigen etwa 2000 Kalorien pro Tag.
- Sie sind sehr sportlich: Sie benötigen etwa 2350 Kalorien.

Sie sind ein Mann und zwischen 18 und 40 Jahren alt :

- Sie haben kaum körperliche Bewegung: Sie benötigen etwa 2350 Kalorien pro Tag.
- Sie sind körperlich aktiv: Sie benötigen etwa 2650 Kalorien pro Tag.
- Sie sind sehr sportlich: Sie benötigen etwa 3250 Kalorien.

Sie sind ein Mann und über 40 Jahre alt :

- Sie haben kaum körperliche Bewegung: Sie benötigen etwa 2200 Kalorien pro Tag.
- Sie sind körperlich aktiv: Sie benötigen etwa 2450 Kalorien pro Tag.
- Sie sind sehr sportlich: Sie benötigen etwa 3050 Kalorien.

Schwangere und stillende Frauen benötigen pro Tag mehr Kalorien: Rechnen Sie mit 340 Kalorien zusätzlich für eine schwangere Frau ab dem vierten Monat und mit etwa 330 Kalorien zusätzlich für eine stillende Frau..

2-5. DIE ENERGIEBILANZ STEUERN

Um Ihre Energiebilanz zu steuern, müssen Sie auf Ihre Energiezufuhr und Ihren Energieverbrauch achten. Man verliert Gewicht, sobald man weniger Kalorien aufnimmt, als man benötigt. (Das heißt, weniger als der gesamte Stoffwechsel, als der tägliche Kalorienbedarf.) Man nimmt zu, wenn man mehr Kalorien aufnimmt, als man benötigt. Deshalb nimmt man nicht durch ein bestimmtes Lebensmittel ab oder zu; es kommt darauf an, ein Gleichgewicht herzustellen.

Es gibt zwei Möglichkeiten, die Energiebilanz in Richtung dieses Gleichgewichts zu bewegen:
- mit mehr körperlicher Bewegung den Energiebedarf steigern oder
- die Kalorienzufuhr verändern.

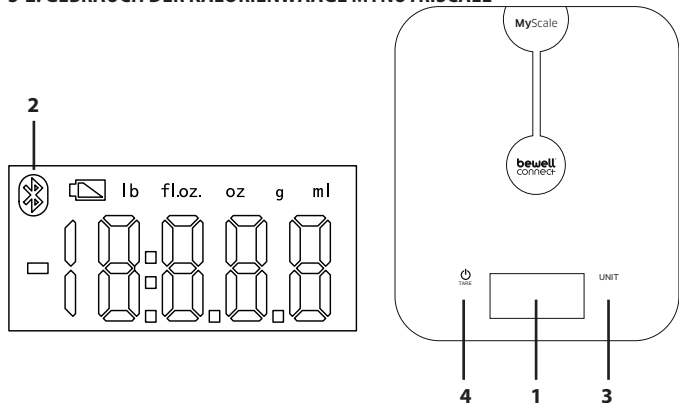
Um gesund und fit zu bleiben oder abzunehmen, ist ausreichende körperliche Bewegung unerlässlich. Körperliche Bewegung und die Kontrolle der Kalorienzufuhr wirken dabei in die gleiche Richtung, zusammen mit einer dauerhaften Ernährungsumstellung.

3. GEBRAUCH

3-1. HINWEISE VOR DEM GEBRAUCH

- Das Gerät ist für Kinder unter 8 Jahren ungeeignet. Lassen Sie Kinder während des Gebrauchs des Geräts nie unbeaufsichtigt.
- Stellen Sie die Kalorienwaage auf einen stabilen, ebenen und rutschfesten Untergrund (stellen Sie sie beispielsweise nicht auf einen Teppich).

3-2. GEBRAUCH DER KALORIENWAAGE MYNUTRISCALE®



1. Display
2. Bluetooth
3. UNIT-Knopf (Einheit)
4. On/Off - Tare-Knopf

Warnung vor Überlastung : Nehmen Sie die auf die Waage gelegten Nahrungsmittel sofort herunter, wenn auf dem Display „O-Ld“ angezeigt wird. Sonst könnten am Gerät irreparable Schäden entstehen.

Gewichtseinheit auswählen

Drücken Sie kurz auf den Knopf „unit“, um die Gewichtseinheit zu ändern (G - oz - fl. Oz - lb oz - ml - g).

Wiegemodus

Drücken Sie auf den Knopf „On/Off - Tare“ der Kalorienwaage, um sie anzuschalten. Das Display zeigt zunächst „- - -“ und anschließend das Gewicht des gewogenen Lebensmittels an. Die Ziffern blinken, stabilisieren sich dann und werden schließlich dauerhaft angezeigt.

Um die Kalorienwaage auf Tara zu stellen, stellen Sie Ihr leeres Gefäß (Teller, Schale, Schüssel ...)

auf die Waage und drücken Sie dann auf „On/Off - Tare“. So wird das Gewicht des Gefäßes nicht mitgerechnet. Das Display zeigt eine blinkende „0“ an. Sobald diese „0“ dauerhaft angezeigt wird, können Sie Ihre Lebensmittel wiegen.

4. VERWENDUNG DER APP

4-1. APP HERUNTERLADEN

Die nachfolgenden Informationen können sich ändern.



Laden Sie die App BewellConnect® auf Ihr Smartphone oder Tablet herunter:

- über den App Store oder Google Play oder
 - indem Sie den QR-Code scannen, der sich an der Seite des Gehäuses befindet.
- Dann klicken Sie auf das Symbol MyNutriScale®.

4-2. ERSTER GEBRAUCH – PROGRAMMIERUNG DER PERSÖNLICHEN DATEN

Erstellen Sie zunächst Profile für sich und Ihre Familie.

Programmieren Sie die Profile, indem Sie Alter, Größe und Geschlecht angeben.

4-3. WIEGEN

Um Ihre Lebensmittel zu wiegen und Ihre Energiezufuhr zu kontrollieren, verbinden Sie Ihr Gerät (Telefon, Tablet) mit Bluetooth (Verbindung Bluetooth 4.0 Smart Low Energy, kompatibel ab dem iPhone 4S).

Schalten Sie die Kalorienwaage mit dem „On/Off - Tare“-Knopf ein.

Öffnen Sie die App BewellConnect® und wählen Sie Ihr Profil.

Klicken Sie auf MyNutriScale® und öffnen Sie vor dem Wiegen den Messbildschirm, um die Daten zu speichern.

Legen Sie die Lebensmittel auf die Kalorienwaage.

Das Wiegen und die Datenübertragung zum Smartphone oder Tablet werden mit MyNutriScale® automatisch vollzogen.

Sie können auf der App Ihren chronologischen Überblick abrufen.

Mit der App MyNutriScale® können sie die detaillierte Zusammensetzung (Proteine, Kohlenhydrate, Fette) jedes beliebigen Lebensmittels abrufen; sie hilft Ihnen dabei, diejenigen Lebensmittel auszuwählen, die Ihrem Bedarf am besten entsprechen.

5. BATTERIEN AUSWECHSELN

Das Batteriefach befindet sich an der Unterseite des Geräts.

- Vor der ersten Nutzung setzen Sie bitte 3 neue AAA-Batterien in die Kalorienwaage ein.

- Sobald das LCD-Display das Symbol  anzeigt, sind die Batterien schwach oder leer. Tauschen Sie die leeren Batterien aus und achten Sie dabei auf deren Polung. Ein falsches Einlegen der Batterien kann eine Beschädigung des Geräts verursachen und die Garantie beeinträchtigen.

- Legen Sie niemals wiederaufladbare Akkus ein. Benutzen Sie ausschließlich Einwegbatterien. Mischen Sie niemals neue mit gebrauchten Batterien.

- Gebrauchte Batterien nicht in den Hausmüll werfen.
- Bringen Sie Ihre gebrauchten Batterien zu einer Sammelstelle.
- Nehmen Sie bei einer längeren Nichtbenutzung des Geräts die Batterien heraus; so vermeiden Sie, dass auslaufende Batterieflüssigkeit das Gerät beschädigen kann.

6. REINIGUNG UND PFLEGE

- Heben Sie Ihre Kalorienwaage in waagrechter Position sowie an einem trockenen und vor Feuchtigkeit geschützten Ort auf.
- Reinigen Sie das Gerät mit einem weichen und trockenen Lappen. Falls nötig, verwenden Sie einen leicht mit Leitungswasser angefeuchteten Lappen.
- Verwenden Sie weder Alkohol noch Benzol noch Lösungsmittel oder andere chemische Produkte, um das Gerät zu reinigen.
- Dieses Produkt ist nicht wasserdicht. Vermeiden Sie jeden Kontakt mit Flüssigkeiten.
- Falls das Gerät einer Temperatur von unter 0°C ausgesetzt wurde, lassen Sie es vor Gebrauch 30 Minuten in normaler Umgebungstemperatur stehen. Ohne diese Wartezeit könnten die Ergebnisse verfälscht werden.

7. FEHLFUNKTIONEN VERMEIDEN


- Lassen Sie das Gerät nicht fallen, schütteln Sie es nicht und vermeiden Sie Stöße.
- Stecken Sie – abgesehen von den Batterien – keine Gegenstände in das Gerät.
- Nehmen Sie die Kalorienwaage nicht auseinander.
- Legen Sie das Gerät nicht ins Wasser.
- Beachten Sie die in dieser Anleitung angegebenen Temperatur- und Feuchtigkeitsgrenzen.

8. TECHNISCHE EIGENSCHAFTEN

Produktname	BewellConnect® MyNutriScale®		
Referenz	BW-SCF5		
Messung	Einheit	Minimum	Maximum
Messbereich	g	2	5000
Präzision			
Präzision bis 1 kg	g	5	
Präzision bis 3 kg	g	15	
Präzision bis 5 kg	g	25	
Messeinheiten	g / ml / lb oz / fl. Oz		
Maße	210 x 180 x 21mm		
Gewicht	620g		
Normale Nutzungsbedingungen	Temperatur : 5 - 35°C / 41 – 95°F Feuchtigkeit : 20-85%		
Lagerbedingungen	Temperatur : -10 - 50°C / 14 – 122°F Feuchtigkeit : 20-85%		
Technologie Bluetooth	4.0 smart Low Energy		
Stromversorgung	3 AAA-Batterien (in Lieferung enthalten)		
Lebensdauer der Batterien	12 Monate - Hinweis auf schwache Batterien		
Automatisches Ausschalten	180 Sekunden		
Gelieferte Teile und Zubehör	Vernetzte Kalorienwaage, eine Gebrauchsanweisung		

9. FEHLERBEHEBUNG

Wenn bei der Benutzung Ihrer MyNutriScale® eines der folgenden Probleme auftritt, sehen Sie bitte zunächst in dieser Anleitung zur Fehlerbehebung nach. Sollte das Problem weiterhin bestehen, wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst.

DISPLAY-FEHLER	MÖGLICHE URSACHE(N)	LÖSUNG
Wenn Sie auf den « On/ Off-Tare »-Knopf drücken, erscheint keine Anzeige.	Keine Batterien / Batterien sind schwach	Neue Batterien einsetzen.
Das Symbol  wird angezeigt	Batterien sind schwach	Neue Batterien einsetzen.
“o-ld” wird angezeigt	Warnhinweis Überlast	Das von der Kalorienwaage tolerierte Maximalgewicht beträgt 5 kg. Wird es überschritten, nehmen Sie bitte unverzüglich Gewicht von der Waage. Sonst könnten irreparable Schäden entstehen.

WARRANTY

CARTE DE GARANTIE - GUARANTEE CARD

Date d'achat / Purchase date

Date : / /

N° de série / Serial number

SN:

Cachet de revendeur / Retailer's seal
Cachet / Stamp:

FR: Visiomed* réparera ou remplacera selon les conditions mentionnées ci-dessous ce produit gratuitement dans le cas d'un défaut de pièces ou défaut de fabrication, comme suit:

DURÉE : 24 MOIS EN RETOUR ATELIER

LIMITES ET EXCLUSIONS: Cette garantie ne concerne que l'acheteur final original. Une facture d'achat, ou autre preuve d'achat, ainsi que cette carte de garantie seront demandées pour obtenir un service après-vente, conformément à cette garantie. Cette carte de garantie ne sera pas étendue à une autre personne que l'acheteur final original. Cette garantie devient inefficace dès lors que les numéros de série sur le produit sont modifiés, remplacés, illisibles, absents, ou si une réparation a été effectuée sans résultat par tout service non agréé, incluant l'utilisateur. Cette garantie couvre uniquement les défauts de matériel ou de pièces, survenant lors d'une utilisation normale du produit. Elle ne couvre pas les dommages causés lors de l'expédition ou du transport de l'appareil, causés par des réparations effectuées par un distributeur, par des modifications apportées, par la connexion d'équipements non agréés par Visiomed*, ou causés par l'usage contraire aux instructions du mode d'emploi. En outre, la présente garantie ne couvre pas les dommages liés à des chutes, des mauvaises manipulations, une mauvaise installation, les dommages liés au feu, à une inondation, à la foudre, ou tout autre désastre naturel. Cette garantie ne couvre pas l'emballage du matériel, les accessoires, les défauts d'aspect dus à l'exposition commerciale du produit, show room, espace de vente, démonstration etc.... L'entretien normal, le nettoyage et le remplacement de pièces dont l'usure est normale, ne sont pas couverts par les termes de cette garantie.

Visiomed* et ses représentants et agents ne seront en aucun cas tenus pour responsables des dommages divers et des préjudices consécutifs à l'utilisation du produit ou à l'incapacité d'utilisation de ce produit. Cette garantie est la seule valable auprès de Visiomed*, toute autre garantie incluant celle-ci (garantie commerciale) ne sera prise en compte.

IMPORTANT: Si lors de la période de garantie, vous n'obtenez pas satisfaction des réparations de ce produit, veuillez contacter le service clients Visiomed*.

EN: Visiomed* will repair or replace this product free of charge in the case of defective parts or manufacturing defects, in accordance with the conditions mentioned below as follows:

DURATION: 24 MONTHS RETURN TO WORKSHOP

LIMITS AND EXCLUSIONS: This guarantee concerns only the original final purchaser. A purchase invoice, or another proof of purchase, with this guarantee card will be required to obtain an after-sales service, in accordance with this guarantee. This guarantee card will not be extended to another person only the original final purchaser. This guarantee becomes void if the serial numbers on the product are modified, replaced, illegible, absent, or if repair has been carried out by a service not approved, including the user.

This guarantee covers only the defects of the material or parts, occurring during normal use of the product. It does not cover the damage caused during the transport of the apparatus, causes due to repairs being carried out by the distributor, by any modifications undertaken, any connection of equipment not approved by Visiomed*, or causes contrary to those written in the user manual or notice. Moreover, the present guarantee does not cover damage due to falls, bad handling, bad installations, damage by fire, floods, lightning, or any other natural disaster. This guarantee does not cover the packing of the material, the accessories, the defects caused by commercial exposure of the

product, show room, sale space, demonstration etc... Normal maintenance, cleaning and the replacement of parts where wear is normal, are not covered by the terms of this guarantee. Visiomed® and its representatives and agents will not in any case be held responsible for any damage and consecutive damages due to the mishandling of this product. This guarantee is the only valid one at Visiomed®, any other guarantee (commercial guarantee) except this one will not be taken into account.

IMPORTANT: During the guarantee period if you are dissatisfied with the repairs of this product, please contact the Visiomed® customer service.

NL: Visiomed® zal, volgens de hieronder vermelde voorwaarden, gratis dit product repareren of vervangen in geval van defecte onderdelen of een fabricatiefout en wel als volgt:

TIJDSDUUR: 24 MAANDEN MET TERUGZENDING NAAR DE WERKPLAATS

BEPERKINGEN EN UITSLUITINGEN: Deze garantie heeft uitsluitend betrekking op de uiteindelijke koper. De koopbon, of een ander bewijs van aankoop, plus deze garantie bon moeten overhandigd kunnen worden voor het verkrijgen van een servicedienst in overeenstemming met deze garantie. Deze garantie bon zal niet overgedragen kunnen worden aan een ander persoon dan de oorspronkelijke uiteindelijke koper. Deze garantie vervalt zodra de serienummers van het product gewijzigd, vervangen, onleesbaar gemaakt of verwijderd worden of als men een vruchteloze reparatie heeft laten verrichten door een niet erkende servicedienst, met inbegrip van de gebruiker. Deze garantie dekt uitsluitend materiaal gebreken of defecte onderdelen die zich openbaar maken tijdens een normaal gebruik van het product. De garantie dekt niet schade veroorzaakt tijdens de verzending of het transport van het apparaat, veroorzaakt door reparaties verricht door een distributeur, door aangebrachte wijzigingen, door het aansluiten van uitrustingen die niet door Visiomed® zijn goedgekeurd of door een gebruik dat tegen de instructies gegeven in de gebruiksaanwijzing ingaat. Bovendien dekt deze garantie niet de schade voortvloeiende uit vallen, onjuiste hantering, onjuiste installatie, schade in verband met brand, overstroming, blikseminslag of enige andere natuurramp. Deze garantie dekt niet de verpakking van het materiaal, de toebehoren, de uitwendige foutjes te wijten aan een commerciële tentoonstelling van het product, showroom, verkoopruimte, demonstraties enzovoort. Het normale onderhoud, het schoonmaken en de vervanging van aan slijtage onderhevige onderdelen, worden niet gedekt volgens de bewoordingen van deze garantie. Visiomed® en zijn vertegenwoordigers en agenten zullen in geen geval aansprakelijk gesteld kunnen worden voor diverse schade-posten en de schade voortvloeiende uit het gebruik van het product of de onmogelijkheid om dit product te gebruiken. Deze garantie is als enige rechtsgeldig bij Visiomed®, iedere andere garantie die deze garantie omvat (commerciële garantie) zal opzij geschoven worden.

BELANGRIJK: Indien u tijdens de garantieperiode niet tevreden mocht zijn over de reparaties verricht op dit product, verzoeken wij u contact op te nemen met de Klantendienst van Visiomed®.

ES: Visiomed® reparará o sustituirá, según las condiciones que figuran a continuación, este producto gratuitamente en caso de defecto de piezas o de fabricación, de la forma siguiente:

DURACIÓN: 24 MESES CON DEVOLUCIÓN AL TALLER

LÍMITES Y EXCLUSIONES: Esta garantía únicamente se refiere al comprador final original. Se solicitará una factura de compra u otro justificante de compra, así como la presente tarjeta de garantía para ob-

tener un servicio postventa, de acuerdo a la presente garantía. Esta garantía no se ampliará a ninguna otra persona distinta al comprador final original. Esta garantía se invalida, si los números de serie del producto se modifican, se sustituyen, resultan ilegibles o inexistentes, o si se han realizado reparaciones infructuosas por servicios no autorizados, incluyendo el usuario. La presente garantía únicamente cubre los defectos de material o de piezas, siempre dentro de un uso normal del producto. No cubre los daños causados durante el envío o el transporte del aparato, causados por reparaciones realizadas por un distribuidor, modificaciones, conexiones de equipos no autorizados por Visiomed® o causados por un uso contrario a las instrucciones de empleo. Además, la presente garantía no cubre los daños relacionados con caídas, manipulaciones inadecuadas, instalación incorrecta, daños relacionados con fuegos, inundaciones, rayos u otro desastre natural. Esta garantía no cubre el embalaje del material, los accesorios, los defectos de aspecto debidos a la exposición comercial del producto, showroom, espacio de venta, demostración etc. El mantenimiento normal, la limpieza y la sustitución de piezas de desgaste normal, no están cubiertos por los términos de la presente garantía. Visiomed® y sus representantes y agentes en ningún caso serán considerados responsables por los diversos daños y perjuicios derivados del uso del producto o la incapacidad de utilización de este producto. Esta garantía es la única que tiene validez ante Visiomed®, no se tendrá en cuenta ninguna otra garantía que incluya la presente (garantía comercial).

IMPORTANTE: Si durante el periodo de garantía no le satisfacen las reparaciones de este producto, rogamos se ponga en contacto con el servicio de atención al cliente de Visiomed®.

DE: Visiomed® repariert oder ersetzt das Produkt im Fall eines Teile- oder Fertigungsfehlers unter den nachstehenden Bedingungen kostenlos wie folgt:

GARANTIEZEIT: 24 MONATE DURCH RÜCKSENDUNG AN DIE WERKSTATT

GARANTIEBESCHRÄNKUNGEN UND -AUSSCHLÜSSE: Diese Garantie gilt einzig für den ursprünglichen Endkäufer. Eine Einkaufsrechnung oder an anderer Kaufbeleg sowie dieser Garantieschein werden angefordert, um den Kundendienst in Übereinstimmung mit diesen Garantiebedingungen beanspruchen zu können. Dieser Garantieschein wird nicht auf eine andere Person als den ursprünglichen Endkäufer erweitert. Sie wird unwirksam, sofern die Seriennummern auf dem Produkt geändert, ersetzt, unleserlich gemacht oder gelöscht wurden oder eine vergebliche Reparatur von einer nicht zugelassenen Werkstatt inklusive durch den Benutzer durchgeführt wurde. Diese Garantie deckt einzig Werkstoff- oder Teilefehler, die während der normalen Benutzung des Produkts auftreten. Schäden, die anlässlich des Versands oder des Transports des Geräts, von durch einen Vertreter ausgeführten Reparaturen, infolge vorgenommener Änderungen, des Anschlusses von Geräten, die nicht von Visiomed® zugelassen wurden, oder der unsachgemäßen Benutzung im Widerspruch zu den Anweisungen der Bedienungsanleitung verursacht werden, fallen nicht in den Anwendungsbereich dieser Garantie. Ferner werden Schäden in Verbindung mit dem Herunterfallen, dem unsachgemäßen Umfang, der unsachgemäßen Einrichtung, brandbedingte Schäden, Schäden infolge einer Überschwemmung, des Blitzschlags oder anderer Naturereignisse von der Garantie ausgeschlossen. Nicht in den Anwendungsbereich dieser Garantie fallen die Verpackung, das Zubehör, Fehler hinsichtlich der äußeren Beschaffenheit aufgrund der geschäftlichen Ausstellung des Produkts, im Showroom, im Verkaufsbereich, Demonstration etc... Die laufende Instandhaltung, die Reinigung und der Ersatz von Verschleißteilen werden nicht mit dieser Garantie gedeckt. Visiomed® und ihre Vertreter und Vertragshändler können nicht für etwaige Schäden oder Folgen in Verbindung mit der

Benutzung des Produkts oder der Unfähigkeit zur Benutzung dieses Produkts haftbar gemacht werden. Diese Garantie ist einzig bei Visiomed® gültig, wobei alle sonstigen Garantien, die diese Garantie einschließen (geschäftliche Garantie) unberücksichtigt bleiben.

WICHTIGER HINWEIS: Werden die Reparaturen dieses Produkts während der Laufzeit nicht zufriedenstellend ausgeführt, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an die Visiomed®-Kundenabteilung.



FR: *Évacuation des équipements usagés par les utilisateurs dans les foyers privés au sein de l'Union Européenne.*

La présence de ce symbole sur le produit ou sur son emballage indique que vous ne pouvez pas vous débarrasser de ce produit de la même façon que vos déchets courants. Au contraire, vous êtes responsable de l'évacuation de vos équipements usagés et, à cet effet, vous êtes tenu de les remettre à un point de collecte agréé pour le recyclage des équipements électriques et électroniques usagés. Le tri, l'évacuation et le recyclage séparés de vos équipements usagés permettent de préserver les ressources naturelles et de s'assurer que ces équipements sont recyclés dans le respect de la santé humaine et de l'environnement. Pour plus d'informations sur les lieux de collecte des équipements usagés, veuillez contacter votre mairie ou votre service de traitement des déchets ménagers.

EN: *Disposal of Waste Equipment by Users in Private Households in the European Union.*

The symbol on the product or on its packaging indicates that this product must not be disposed of with your other household waste. Instead, it is your responsibility to dispose of your waste equipment by handing it over to a designated collection point for the recycling of waste electrical and electronic equipment. The separate collection and recycling of your waste equipment at the time of disposal will help to conserve natural resources and ensure that it is recycled in a manner that protects human health and the environment. For more information about where you can drop off your waste equipment for recycling, please contact your local city office or your household waste disposal service.

NL: *Afvoer van afgedankte apparatuur door gebruikers in particuliere huishoudens in de Europese Unie.*

Dit symbool op het product of de verpakking geeft aan dat dit product niet mag worden weggegooid met ander huishoudelijk afval. Het is uw verantwoordelijkheid uw afgedankte apparatuur af te leveren op een aangewezen inzamelpunt voor de verwerking van afgedankte elektrische en elektronische apparatuur. De gescheiden inzameling en verwerking van uw afgedankte apparatuur draagt bij tot het sparen van natuurlijke bronnen en tot het hergebruik van materiaal op een manier die de volksgezondheid en het milieu beschermt. Voor meer informatie over waar u uw afgedankte apparatuur kunt inleveren voor recycling, kunt u contact opnemen met het gemeentehuis in uw woonplaats of de reinigingsdienst.

ES: *Eliminación de residuos de aparatos eléctricos y electrónicos por parte de usuarios domésticos en la Unión Europea.*

Este símbolo en el producto o en el embalaje indica que no se puede desechar el producto junto con los residuos domésticos. Por el contrario, si debe eliminar este tipo de residuo, es responsabilidad del usuario entregarlo en un punto de recolección designado de reciclado de aparatos electrónicos y eléctricos. El reciclaje y la recolección por separado de estos residuos en el momento de la eliminación ayudará a preservar recursos naturales y a garantizar que el reciclaje proteja la salud y el medio ambiente. Si desea información adicional sobre los lugares donde puede dejar estos residuos para su reciclado, póngase en contacto con las autoridades locales de su ciudad o con el servicio de gestión de residuos domésticos.

DE: *Entsorgung von Elektrogeräten durch Benutzer in privaten Haushalten in der EU.*

Dieses Symbol auf dem Produkt oder dessen Verpackung gibt an, dass das Produkt nicht zusammen mit dem Restmüll entsorgt werden darf. Es obliegt daher Ihrer Verantwortung, das Gerät an einer entsprechenden Stelle für die Entsorgung oder Wiederverwertung von Elektrogeräten aller Art abzugeben (z.B. ein Wertstoffhof). Die separate Sammlung und das Recyceln Ihrer alten Elektrogeräte zum Zeitpunkt ihrer Entsorgung trägt zum Schutz der Umwelt bei und gewährleistet, dass sie auf eine Art und Weise recycelt werden, die keine Gefährdung für die Gesundheit des Menschen und der Umwelt darstellt. Weitere Informationen darüber, wo Sie alte Elektrogeräte zum Recyceln abgeben können, erhalten Sie bei den örtlichen Behörden, Wertstoffhöfen oder dort, wo Sie das Gerät erworben haben.

eräte zum Zeitpunkt ihrer Entsorgung trägt zum Schutz der Umwelt bei und gewährleistet, dass sie auf eine Art und Weise recycelt werden, die keine Gefährdung für die Gesundheit des Menschen und der Umwelt darstellt. Weitere Informationen darüber, wo Sie alte Elektrogeräte zum Recyceln abgeben können, erhalten Sie bei den örtlichen Behörden, Wertstoffhöfen oder dort, wo Sie das Gerät erworben haben.

FR: *BewellConnect® est une marque déposée par Visiomed Group SA. Le constructeur se réserve le droit de modifier les photos et caractéristiques sans avis préalable. Modèle déposé. Les logos et marques sont la propriété respective de leurs auteurs.*

EN: *BewellConnect® is a brand registered by Visiomed Group SA. The constructor keeps the right to modify the photographs and characteristics without previous notice. Registered design. The logos and trademarks are the property of their respective owners.*

NL: *BewellConnect® is een merk van de Visiomed Group SA. De fabrikant behoudt zich het recht voor om foto's en eigenschappen zonder voorafgaande kennisgeving te veranderen. Gedeponeed handelsmerk.*

SP: *BewellConnect® es una marca registrada por Visiomed Group SA. El fabricante se reserva el derecho de modificar las fotos y características sin previo aviso. Modelo registrado.*

DE: *BewellConnect® ist eine eingetragene Marke der Visiomed Group SA. Der Hersteller behält sich das Recht vor, die Fotos und Eigenschaften ohne vorherige Ankündigung zu verändern. Eingetragenes Geschmacksmuster.*