

# Nošení náramku zaznamenávajícího pohybovou aktivitu

Rádi bychom Vás požádali, abyste po dobu tří dnů před některými návštěvami v centru nosili náramek, který bude zaznamenávat Vaše pohybové aktivity. Tento náramek je navržen tak, aby co nejméně překážel, a abyste byli schopni provádět své každodenní činnosti v těchto dnech bez narušení. Níže uvádíme jednoduché pokyny.

## Kdy náramek nosit?

Žádáme Vás, abyste náramek nosili po dobu celých tří dnů před návštěvou VR, V1B, V2B a V3B v centru. Pokud máte návštěvu například 14. dne v měsíci, měli byste náramek nosit 11., 12. a 13. dne v měsíci a nechat si jej až do návštěvy v centru. Přibližně jeden den předem Vám zavoláme a připomeneme, že si máte náramek nasadit.

## Kdy byste si měli náramek sundat?

Během těchto tří dnů byste měli mít náramek nasazen neustále, i v noci a při umývání (je voděodolný). Pokud se však s náramkem při určité činnosti necítíte dobře (například ve vaně), můžete si jej dočasně sundat. Jakmile to bude možné, měli byste si jej znovu nasadit.

## Jak náramek nosit?

Noste náramek na zápěstí nedominantní ruky tak, jako by to byly běžné hodinky.

## Co když se snímač z náramku dostane ven?

Snímač z náramku nevyndávejte. Nicméně, pokud se tak stane, musíte jej vrátit zpět, viz obrázek. Snímač je třeba vložit do náramku tak, aby byla vidět písmena ("Axivity") a malá šipka. Šipka na náramku by měla být srovnána se šipkou na snímači. Snímač vložte zpět manuálně bez jakéhokoliv pomocného nástroje.



## Co když na náramku začne blikat červené světlo?

Neočekává se, že by zařízení došla baterie. Pokud však náramek začne červeně blikat, znamená to, že se to stalo. V takovém případě požádejte centrum o výměnu.