



BENUTZERHANDBUCH

Autorisierte Nutzungserlaubnis	3
Kontakt	3
Was ist eWALL?	4
Erste Schritte	4
Bildschirm Beleuchtung.....	6
Mini Funktionen.....	7
Was sind eWALL Mini Funktionen?	7
Verwendung der Mini Funktionen	7
Uhr	7
Wetter.....	7
Aktivität.....	7
Fernsehbildschirm	8
Fotorahmen	9
Thermostat	10
Applikationen	10
Was sind eWALL Applikationen?	10
Wie werden eWALL Applikationen verwendet?	10
Schlaf	11
Gesundheit.....	13
Bewegung	17
Kalender.....	18
Video Training	22
Hausstatus	25
Kognitive Trainingsspiele.....	28
Benachrichtigungen	35
Aktivitätstracker Armband	36
Fehlermeldungen	40
Neustart des eWALL Systems	42

Autorisierte Nutzungserlaubnis

Sie dürfen das eWALL System im Zeitraum der Testung uneingeschränkt nutzen. Es liegt in Ihrer Eigenverantwortung wie intensiv Sie eWALL nutzen wollen. Wir bitten Sie zur Kenntnis zu nehmen, dass die AIT Austrian Institute of Technology GmbH sowie andere eWALL Partner nicht zur Rechenschaft gezogen werden können, wenn Sie sich durch körperliches Training mittels eWALL überanstrengt haben.

Bitte stoppen Sie die Verwendung von eWALL sobald Sie merken, dass eWALL irgendwelche negativen körperlichen oder seelischen Auswirkungen auf Sie hat und kontaktieren Sie uns!

Kontakt

Ihre eWALL Kontaktperson ist Frau Beatrix Zechmann vom AIT Austrian Institute of Technology. Sie können Beatrix Zechmann kontaktieren, wenn Sie Probleme mit eWALL haben.

Anschrift:	AIT Austrian Institute of Technology GmbH Giefinggasse 2, 1210 Wien
Telefonnummer:	0664 9442316
E-Mail:	beatrix.zechmann@ait.ac.at

Was ist eWALL?

eWALL ist ein gesamtheitliches System für die Unterstützung eines aktiven und gesunden Lebens welche speziell für drei verschiedene NutzerInnengruppen entwickelt wurde:

- ältere Personen (mit altersbedingten Einschränkungen)
- Personen, die an chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD) leiden
- Personen, die an leichten kognitiven Einschränkungen (Mild Cognitive Impairment = MCI) leiden

Das eWALL System besteht aus mehreren Sensoren, einem Computer und einem großen Bildschirm. Die Sensoren, welche in der Wohnung installiert sind, messen gesundheitliche Daten sowie Umgebungswerte wie beispielsweise Luftfeuchtigkeit. Die von den Sensoren erhobenen Daten werden in einem Rechenzentrum (einer so genannten Cloud-Umgebung) gespeichert, analysiert und so aufbereitet, dass Sie Ihre Werte übersichtlich am eWALL Bildschirm betrachten können. Über die Zeit lernt der Computer welche Werte „normal“ sind und kann Ihnen dadurch sagen, wenn bestimmte Werte über- oder unterschritten wurden.

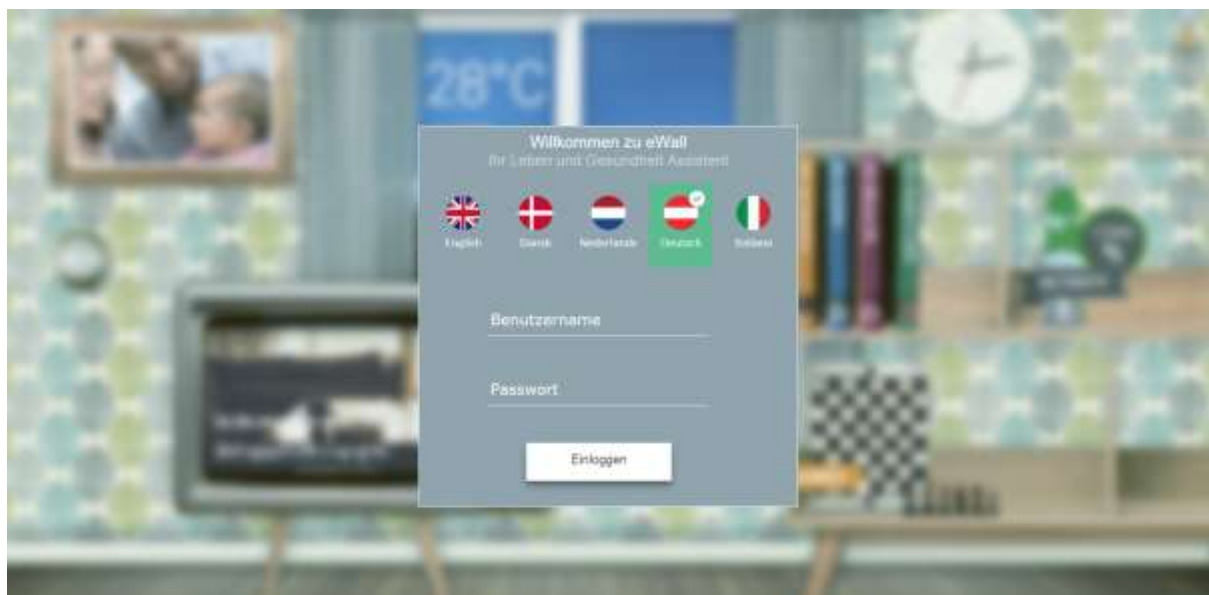
Der eWALL Bildschirm ist das einzige Gerät mit dem Sie aktiv interagieren können. Es zeigt Ihnen alle gesammelten Informationen an. Durch Berührung verschiedener Schaltflächen können Sie verschiedene Funktionen öffnen, die Ihnen mit Hilfe von Grafiken Ihre Werte zeigen.

Das eWALL Projekt ist ein von der Europäischen Union gefördertes Forschungsvorhaben und wird in verschiedenen Ländern durchgeführt. Insgesamt nehmen 13 europäische Länder daran teil. Weiterführende Informationen über das eWALL Projekt sowie verschiedene Berichte und aktuelle Nachrichten finden Sie auf der offiziellen Homepage: <http://ewallproject.eu/>

Erste Schritte

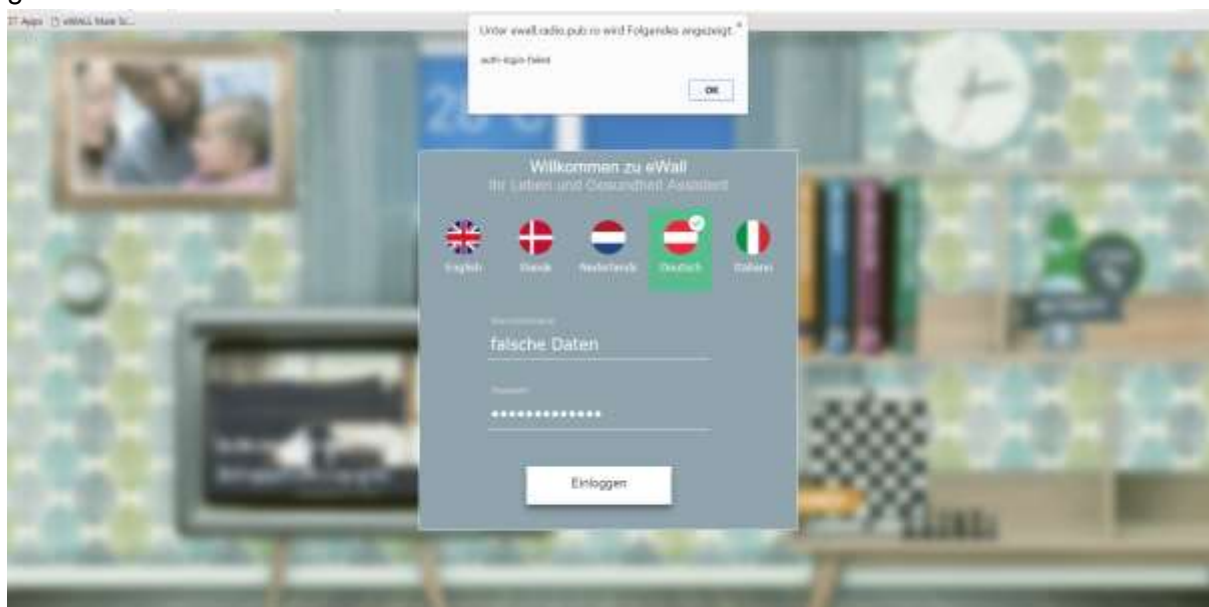
Nach der Installation erhalten Sie einen Nutzernamen und ein Passwort mit dem Sie sich über den eWALL Bildschirm als Nutzer anmelden können (siehe Darstellung 1).

1. Tippen Sie mit dem Finger auf die Österreichische Flagge, um die Sprache auf Deutsch umzustellen. Es erscheint nun ein kleines Häkchen bei der Flagge.
2. Tippen Sie auf das Wort "Benutzername". Sie werden nun sehen, dass der Text kleiner wird damit sie nun über die Tastatur ihren Nutzernamen eintippen können.
3. Tippen Sie nun auf "Passwort" um hier Ihr persönliches Passwort ein zu tippen.
4. Tippen Sie auf die Schaltfläche "Einloggen".



Darstellung 1: Anmelden

Falls Sie einen falschen Namen oder Passwort eingegeben haben erscheint ein kleines graues Fenster oberhalb:



Darstellung 2: Anmeldefehler

Tippen Sie bitte auf „OK“ und versuchen Sie es erneut. Es gibt kein Limit, wie oft Fehler gemacht werden können. Wenn Sie Probleme beim Einloggen haben, kontaktieren Sie uns bitte. Sie müssen sich nur einmalig im eWALL System anmelden. Danach bleiben Sie in eWALL bis zum Ende der Studienteilnahme angemeldet.

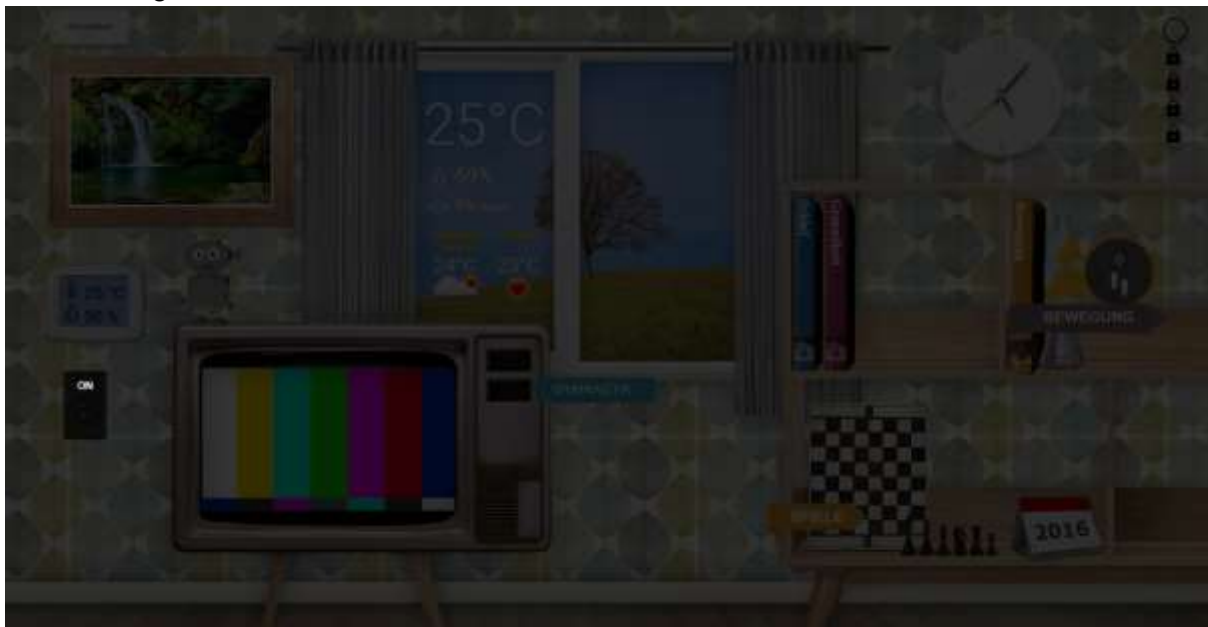
Nachdem Sie sich erfolgreich angemeldet haben erscheint der eWALL Hauptbildschirm, das ein fiktives Wohnzimmer darstellt.



Darstellung 3: Hauptbildschirm von eWALL nach erfolgreichem Einloggen

Bildschirm Beleuchtung

Wenn Sie die Bildschirm-Beleuchtung abschalten möchten, dann drücken Sie bitte auf den schwarzen „**OFF**“-Schalter rechts am Bildschirm. Der Bildschirm wird nun dunkel. Um die Beleuchtung wieder ein zu schalten, drücken Sie wieder rechts auf den „**ON**“-Schalter:



Darstellung 4: Bildschirm-Beleuchtung aus

Nach dem Einloggen können sie sich durch Drücken der Schaltfläche “Abmelden” aus dem System abmelden. Das Feld befindet sich oben links am Bildschirm. Wir bitten Sie allerdings, sich wenn möglich während der Testdauer nicht ab zu melden da der erneute Einstieg dadurch erschwert sein könnte.

Mini Funktionen

Was sind eWALL Mini Funktionen?

Die eWALL Mini Funktionen sind Teil der bereits beschriebenen Funktionen am Hauptbildschirm (siehe Darstellung 3), die Ihnen Informationen anzeigen. Die Mini Funktionen werden in Form von Objekten im fiktiven Wohnzimmer angezeigt. Zum Beispiel zeigt die Uhr die aktuelle Zeit, das Fenster zeigt durch eine Animation wie das Wetter gerade ist, aber auch Informationen über zukünftiges Wetter werden angezeigt, etc. Die Mini Funktionen werden im Folgenden beschrieben.

Verwendung der Mini Funktionen

Manche der Mini Funktionen können angetippt werden, um eine Applikation zu öffnen und mehr Informationen zu bekommen. Man kann aber nicht mit allen Mini Funktionen interagieren. Die folgende Beschreibung erklärt die Funktionsweise der einzelnen Mini Funktionen.

Uhr

Die Uhr am eWALL Bildschirm zeigt Ihnen die aktuelle Zeit an. Diese Mini Funktion ist nicht interaktiv, wenn Sie die Funktion berühren, kommt es zu keiner Veränderung des fiktiven Wohnzimmers.



Wetter

Die Wetter Funktion zeigt Ihnen das aktuelle Wetter in Form einer Animation an. Die Landschaft entspricht dabei dem aktuellen Wetter. Außerdem sehen Sie eine Wetter Prognose über die nächsten 3 Stunden und den nächsten Tag. Folgende Informationen werden Ihnen auf der linken Seite des Fensters dargestellt:

- aktuelle Außentemperatur (in Grad Celsius)
- Aktuelle Luftfeuchtigkeit in Prozenten (%)
- Regen-Wahrscheinlichkeit in Prozenten (%)
- Wettervorhersage für die nächsten 3 Stunden sowie den nächsten Tag



Diese Mini Funktion ist nicht interaktiv, das heißt wenn Sie die Funktion berühren, kommt es zu keiner Veränderung des fiktiven Wohnzimmers.

Aktivität

Diese Funktion befindet sich im fiktiven Bücherregal und zeigt Ihnen ihre aktuelle Schrittzahl, die sie an dem Tag gemacht

Seite 7



haben, an. Die Messung beginnt in der Früh in dem Moment in dem sie Ihr Fitbit Armband anlegen. Die Lava Lampe wechselt die Farbe, je nachdem wie nahe Sie Ihrem täglichen Aktivitätsziel sind.

Das Tagesziel, also wie viele Schritte Sie täglich gehen sollen, wird automatisch vom System berechnet. Dafür berechnet das System die durchschnittliche Schrittzahl der letzten Tage und setzt ein Ziel das etwas über dem Durchschnitt liegt.

- Eine orange Farbe zeigt Ihnen, dass Sie sehr wenig körperliche Aktivität gemacht haben. Es ist normal diese Farbe in der Früh oder an Tagen, an denen Sie keine körperliche Aktivität gemacht haben, zu sehen.
- Eine gelbe Farbe zeigt Ihnen, dass die unterdurchschnittlich viel körperliche Aktivität gemacht haben. Es ist normal diese Farbe in der Früh oder an Tagen, an denen Sie nur wenig körperliche Aktivität gemacht haben, zu sehen.
- Eine hellgrüne Farbe zeigt Ihnen, dass Sie nahe daran sind Ihr tägliches Aktivitätsziel zu erreichen.
- Eine intensive grüne Farbe zeigt Ihnen, dass Sie ihr tägliches Aktivitätsziel erreicht oder sogar überschritten haben.

Diese Farben werden auch vom eWALL Smart Licht während des Tages angezeigt.

Bemerkung: Diese Mini Funktion ist interaktiv. Wenn Sie die Funktion berühren, wird die Applikation „BEWEGUNG“ gestartet.

Fernsehbildschirm

Diese Mini Funktion wird am virtuellen Fernsehgerät angezeigt. Tipps zur Steigerung Ihres Wohlbefindens wechseln sich mit der Anzeige bevorstehender Termine ab.

Was sind Tipps zur Verbesserung des Wohlbefindens?

Hier werden Tipps gegeben, wie Ihr Wohlbefinden gesteigert werden kann. Diese Tipps werden von eWALL automatisch unter Berücksichtigung von Ihrer Leistungs-fähigkeit, Ihres Gesundheitszustandes, Ihren Fähigkeiten die eWALL Services zu nutzen, ihrer Einhaltung bisheriger Tipps, den Wetterbedingungen draußen, der Umgebung im Haus, der Tageszeit und weiteren relevanten Parametern, zusammengestellt.



Hier sehen Sie die Termine in der Kalender Applikation. Für weitere Details wie die Kalender Applikation zu nutzen ist, lesen Sie in der Sektion Applikationen nach.

Bemerkung: Diese Mini Funktion ist nicht interaktiv. Jedoch gibt es eine Taste neben dem virtuellen Fernsehgerät, mit dem die körperliche Trainingsapplikation gestartet werden kann. Für weitere Details über die körperliche Trainingsapplikation, lesen Sie in der Sektion Applikationen nach.

Fotorahmen

Der Fotorahmen zeigt Fotos, die von ihrer Familie über das Online-Portal Flickr hochgeladen wurden. Falls Sie keinen Flickr-Account zum Zeitpunkt der eWALL Installation haben, oder Sie das eWALL Installationsteam nicht um Erstellung eines Accounts für Sie gebeten haben, werden im Fotorahmen eine Reihe von schönen Landschaftsbildern gezeigt.



Bemerkung: Diese Mini Funktion ist nicht interaktiv, wenn Sie die Funktion berühren, kommt es zu keiner Veränderung des fiktiven Wohnzimmers.

Thermostat

Diese Mini Funktion zeigt die Innentemperatur in Grad Celsius und die Luftfeuchtigkeit in Prozent im Raum, in dem sich die eWALL befindet, an.



Bemerkung: Diese Mini Funktion ist interaktiv. Wenn Sie die Funktion berühren, wird eine Applikation gestartet, welche Temperatur, Luftfeuchtigkeit und Beleuchtungsstärke von allen Räumen in Ihrem zu Hause anzeigt.

Applikationen

Was sind eWALL Applikationen?

Mittels Applikationen können Sie die eWALL Services nutzen. Sie bieten einen guten Überblick über Ihren Gesundheitszustand und Ihre Fortschritte im Laufe der Zeit, aber auch Trainingsmöglichkeiten, wie z.B. Videotraining zur Kräftigung Ihres Körpers und Verbesserung der Atemfunktion. Jeder Applikation ist durch ein Symbol im fiktiven Wohnzimmer repräsentiert.

Wie werden eWALL Applikationen verwendet?

Starten einer Applikation

Um eine Applikation zu starten, tippen Sie auf die repräsentativen Symbole am Hauptbildschirm. Durch Drücken auf die Bücher oben links am Bücherregal mit den Namen „SCHLAF“, „GESUNDHEIT“ oder „TAGESVERLAUF“ wird die entsprechende Applikation gestartet. Durch Drücken auf die Lava Lampe oder das Buch mit dem Namen „BEWEGUNG“ wird diese Applikation gestartet. Wenn Sie auf das Schachbrett links unten im Bücherregal tippen öffnet sich die Applikation „kognitives Training“, hier können Sie eines der Spiele aussuchen. Durch Tippen auf die Schaltfläche „GYMNASTIK“, welche sich rechts neben dem Fernseher, können Sie Turnübungen durchführen. Durch Antippen des Kalenders rechts unten im Bücherregal öffnet sich die Kalender Applikation. Der digitale Thermostat links an der Wand öffnet Ihnen die Applikation „Hausstatus“.

Schließen einer Applikation



Sie können jede Applikation zu jedem Zeitpunkt schließen/verlassen. Dazu müssen Sie die gelbe Taste, welche sich bei jeder Applikation oben in der Mitte befindet, drücken.

Schlaf



Diese Applikation zeigt Ihnen wie Sie in der Nacht geschlafen haben. Das Wissen darüber hilft Ihnen bei der Entscheidung, ob Sie Ihre Schlafgewohnheiten ändern sollten oder nicht.

Starten der Applikation

Sie starten die Applikation, indem Sie am Hauptbildschirm das blaue Buch am Bücherregal mit dem Titel „SCHLAF“ berühren.

Schlafübersicht der letzten Nacht

Wenn Sie die Schlaf Applikation gestartet haben, werden Sie eine Schlafübersicht der letzten Nacht sehen. Die Daten stammen von Ihrem FitBit Armband. Daher können Sie nur dann Informationen am eWALL Bildschirm nachlesen, wenn Sie das FitBit Armband in der Nacht getragen haben.

Ganz unten in der Applikation, sehen Sie eine horizontale Liste mit den Messungen anderer Tage. Wenn Sie auf einen der vergangenen Tage drücken, wird Ihnen die Schlafmessung jenes Tages angezeigt. Durch Tippen auf den Pfeil links neben der horizontalen Zeitachse gelangen Sie zu weiter zurück liegenden Nächten. Der Pfeil rechts neben der horizontalen Zeitachse ermöglicht Ihnen wieder zur letzten Nacht zurück zu kehren. Anstatt den Pfeilen können Sie auch mit dem Finger über die Zeitachse nach rechts Wischen um in die Vergangenheit zu gehen oder nach links Wischen um zur letzten Nacht zurück zu gehen.



Darstellung 5: Schlafübersicht der letzten Nacht

Schlafübersicht über eine Woche

Um eine Übersicht Ihres Schlafes einer Woche zu betrachten, tippen Sie am rechten Rand der Schlafübersicht auf „Wochenansicht“. Es wird Ihnen die Schlafmessung der aktuellen Woche in Form von Graphen angezeigt.



Darstellung 6: Schlafübersicht der letzten Woche

Im unteren Drittel der Wochenansicht haben Sie wieder eine horizontale Zeitachse, mittels derer Sie vergangene Wochenansichten aufrufen können, indem Sie die Pfeile links oder rechts antippen oder mit dem Finger über die Zeitachse streichen. Am linken Rand haben Sie drei Schaltflächen, um auszuwählen, ob Sie die eine Übersicht Ihrer Schlafeffizienz, Ihrer Schlafdauer oder Ihrer Schlafunterbrechungen sehen wollen. Die aktuelle Auswahl ist rot umrandet. Rechts daneben erkennen Sie eine Grafik mit zwei geschwungenen Linien. Die blaue Linie gibt Ihnen Auskunft über die aktuellen Messwerte der ausgewählten Woche. Die hellgraue Linie stellt Ihre Durchschnittswerte dar, also Ihr übliches Verhalten. Wenn Sie einzelne Werte aus dem Graphen herauslesen wollen, können Sie auf die blauen oder grauen Kreise drücken.

Schlafeffizienz

Der Schlafeffizienz Graph zeigt Ihnen wie viel Zeit Sie tatsächlich geschlafen haben gemessen vom Zeitpunkt an dem Sie sich ins Bett gelegt haben. Diese Messung wird in Prozent angezeigt.

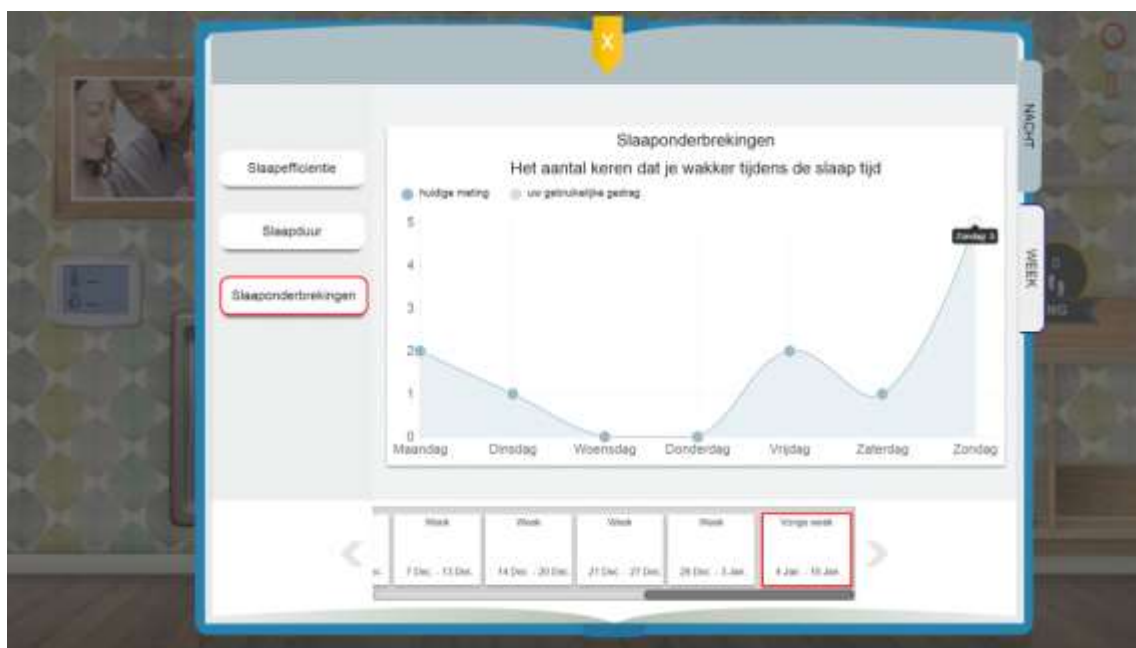
Um von einer guten Schlafeffizienz sprechen zu können, sollte der Wert über 80% liegen.

Schlafdauer

Es ist wichtig zu wissen, wie viel Sie geschlafen haben. Indem Sie die Schaltfläche „Schlafdauer“ am linken Rand drücken, sehen Sie Ihre Schlafdauer in einer Wochenansicht. Die Schlafdauer wird in Stunden angezeigt.

Schlafunterbrechungen

Es ist wichtig für Sie zu wissen, wie oft Sie in der Nacht aufgewacht sind. Indem Sie die Schaltfläche „Schlafunterbrechungen“ am linken Rand drücken, sehen Sie Ihre Schlafdauer in einer Wochenansicht.



Darstellung 7: Schlafübersicht der letzten Woche - Schlafunterbrechungen

Gesundheit



Die Funktion Gesundheit unterstützt Sie beim Messen Ihrer Gesundheitsdaten und zeigt Ihnen eine Übersicht Ihrer Messwerte. Auf diese Weise können Sie erkennen, wie sich ihr Gesundheitszustand über die Zeit entwickelt.

Starten der Applikation

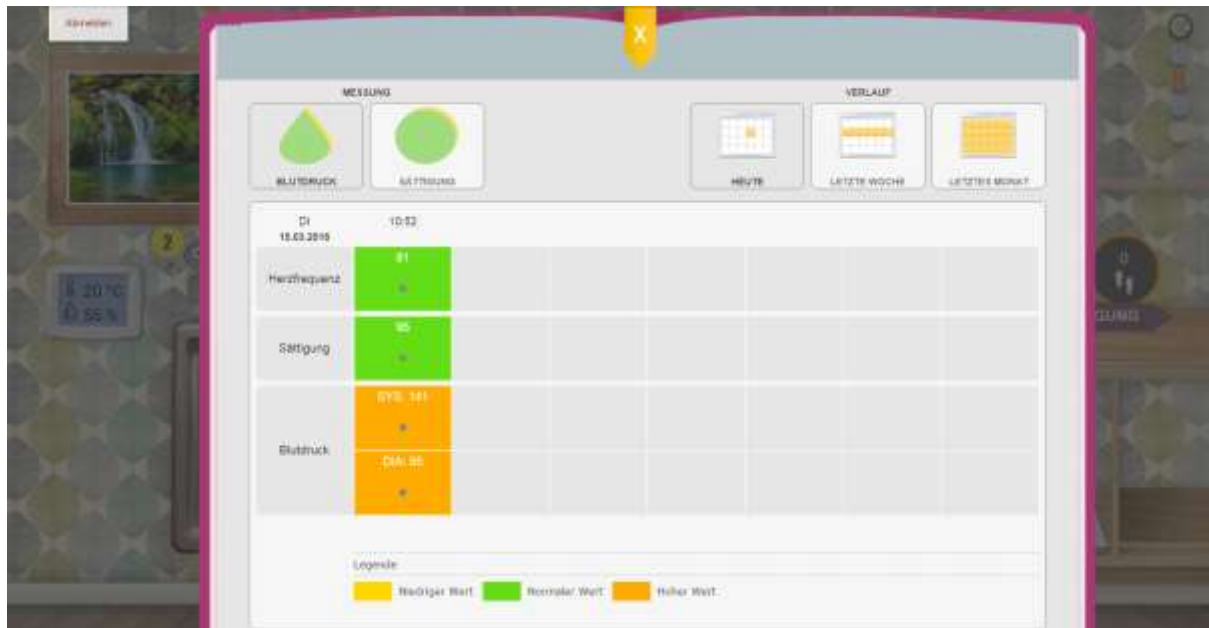
Sie starten die Applikation, indem Sie am Hauptbildschirm das rosa Buch am Bücherregal mit dem Titel „GESUNDHEIT“ berühren.

Überblick über Messungen ansehen

Tagesübersicht der Messungen

Nachdem Sie die Gesundheits-Applikation gestartet haben, können Sie Ihre Messwerte zum Puls, Blutsauerstoffsättigung und Blutdruck des aktuellen Tages ansehen. Wenn Sie noch keine Messungen an diesem Tag durchgeführt haben, wird nichts angezeigt. Die Kästchen in der einzelnen Messwerte sind farbig, um die Messwerte besser zu verstehen. In der Legende am unteren Rand steht, wie die Farben zu interpretieren sind:

- grün bedeutet, dass der Wert innerhalb der Norm liegt,
- gelb bedeutet, dass der Wert niedrig im Vergleich zur Norm ist und
- orange bedeutet, dass der Wert hoch im Vergleich zur Norm ist.



Darstellung 8: Übersicht der Gesundheitsdaten

Wochenübersicht der Messungen



Darstellung 9: Gesundheitsdaten - Wochenübersicht

Drücken Sie am oberen Rand rechts die Schaltfläche "WOCHE", um eine Liste der in dieser Woche durchgeführten Messungen zu sehen. An den Tagen, an denen Sie keine Messungen durchgeführt haben, sind die entsprechenden Kästchen grau gefärbt. Auch hier helfen die farbig hinterlegten Messwerte bei der Interpretation der Messergebnisse.

Monatsübersicht der Messungen



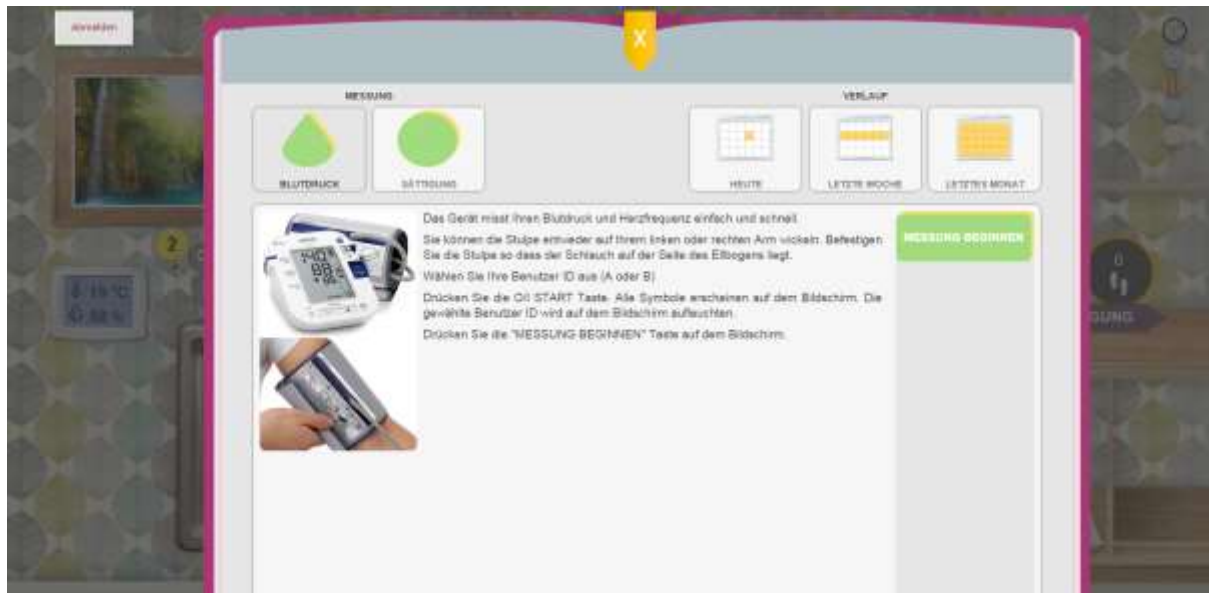
Darstellung 10: Gesundheitsdaten - Monatsansicht

Drücken Sie am oberen Rand rechts die Schaltfläche “MONAT”, um eine Liste der in diesem Monat durchgeführten Messungen zu sehen. Um länger zurück liegende Tage zu betrachten, können Sie mit dem Finger über die Grafik nach rechts streichen. An den Tagen, an denen Sie keine Messungen durchgeführt haben, sind die entsprechenden Kästchen grau gefärbt.

Durchführung einer Messung

Messung des Blutdrucks

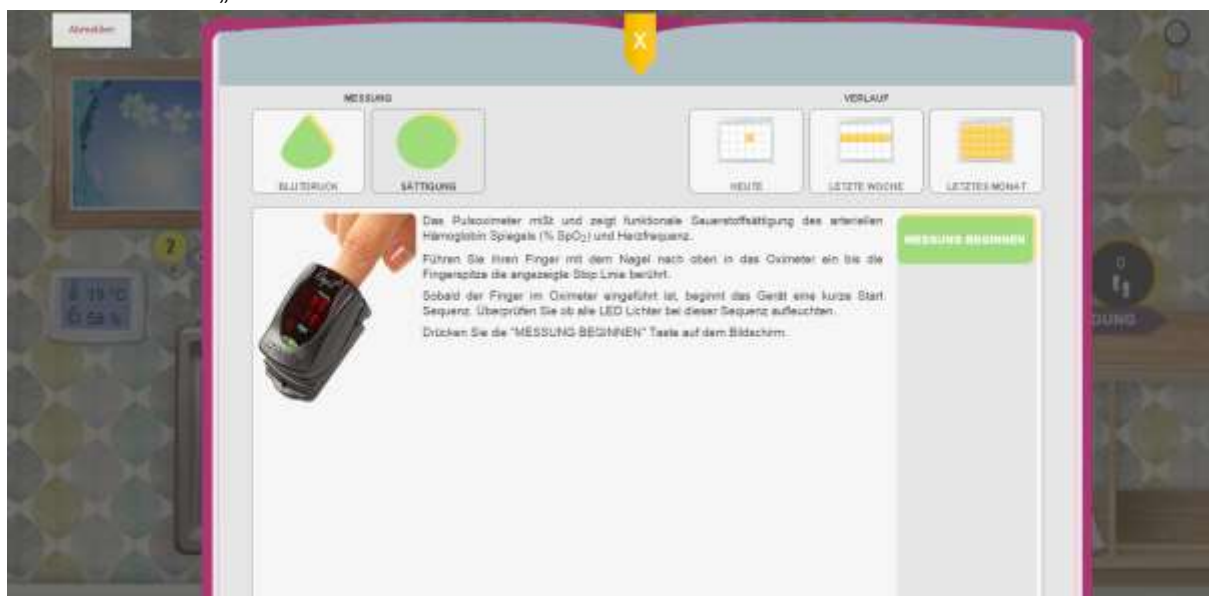
Drücken Sie am linken oberen Rand die Schaltfläche “BLUTDRUCK”. Ihnen werden ein Bild von dem benötigten Messgerät und eine schrittweise Anleitung zum Messen Ihrer Werte angezeigt. Wenn Sie die Anleitung verstanden und die Instruktionen umgesetzt haben, drücken Sie auf „MESSUNG BEGINNEN“.



Darstellung 11: Messung des Blutdrucks durchführen

Messung der Blutsauerstoffsättigung

Drücken Sie am linken oberen Rand die Schaltfläche „SÄTTIGUNG“. Ihnen werden ein Bild von dem benötigten Messgerät und eine schrittweise Anleitung zum Messen Ihrer Werte angezeigt. Wenn Sie die Anleitung verstanden und die Instruktionen umgesetzt haben, drücken Sie auf „MESSUNG BEGINNEN“.



Darstellung 12: Messung der Sauerstoffsättigung durchführen

Bewegung

Diese Applikation hilft Ihnen, Ihre körperliche Aktivität im Tagesverlauf zu beobachten.

Starten der Applikation

Sie starten die Applikation, indem Sie am Hauptbildschirm das orange Buch mit dem Titel „BEWEGUNG“ oder die Lava Lampe am Bücherregal berühren.



Überblick über die heutigen körperlichen Aktivitäten ansehen

Die Applikation zeigt Ihnen an, wie viel Sie sich an diesem Tag bewegt haben. In der Mitte sehen Sie ein Balkendiagramm Ihrer körperlichen Aktivitäten eingeteilt in 2 Stunden-Intervalle (4). Jeder Balken zeigt durch seine Höhe wie viel Bewegung Sie in diesen 2 Stunden gemacht haben. Um die Messwerte besser zu verstehen, sind die Balken farbig hinterlegt. Je nachdem, wie intensiv die Bewegung war, hat der Balken eine andere Farbe. Die Legende rechts am Rand zeigt welche Farbe welche Intensität bedeutet (Legende nicht im Bild erkennbar).

Oberhalb und rechts vom Balkendiagramm sehen Sie Symbole in Form eines Strichmännchens, welche die Art der Bewegung, die Sie durchgeführt haben, anzeigt:

- das Strichmännchen auf dem Stuhl bedeutet, dass Sie sich entspannt haben
- das gehende Strichmännchen bedeutet, dass Sie Bewegung mit geringer Intensität gemacht haben
- das laufende Strichmännchen bedeutet, dass Sie Bewegung mit moderater bis hoher Intensität, wie schnelles Gehen oder Laufen, gemacht haben
- das Strichmännchen mit gehobenen Armen bedeutet, dass Sie Bewegung mit hoher Intensität, wie Fitness oder Turnübungen, gemacht haben.

eWALL misst ihre Aktivität in Schritten, Kilometern und verbrannten Kalorien. Oben rechts im Balkendiagramm (5) können Sie unterschiedliche Schaltflächen drücken:

- „SCHRITTE“, um sich anzeigen zu lassen, wie vielen Schritten die durchgeführte Aktivität entsprechen würde
- „KILOMETER“, um sich anzeigen zu lassen, wie vielen Kilometern Gehen die durchgeführte Aktivität entsprechen würde
- „KALORIEN“, um sich anzeigen zu lassen, wie viele Kalorien Sie bei der Bewegung verbrannt haben.



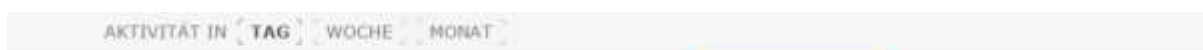
Darstellung 13: Bewegungsübersicht

Messungen von vergangenen Tagen ansehen

Ganz unten in der Applikation, sehen Sie eine horizontale Liste mit den Messungen anderer Tage. Jeder Tag in dieser Liste ist durch ein Kästchen dargestellt. Innerhalb der Kästchen finden Sie ganz oben die erreichte Schrittzahl des Tages. Darunter befindet sich ein rotes Rechteck, in welchem die von eWALL empfohlene Anzahl an Schritten für diesen Tag (=Tagesziel), angezeigt wird. Die Farbe des Balkens eines Tages in der horizontalen Liste, zeigt an, wie nahe Sie dem von eWALL gesetztem Tagesziel gekommen sind.

Um eine Messung eines anderen Tages anzusehen, drücken Sie auf einen gewünschten Tag in der horizontalen Liste. Nun werden Ihnen die Messwerte jenes Tages mit dem zugehörigen Balkendiagramm und der detaillierten Bewegungsmessung angezeigt.

Um eine Wochen- bzw. Monatsübersicht zu erhalten, drücken Sie auf die Schaltfläche „WOCHE“ oder „MONAT“. Diese befindet sich oberhalb der horizontalen Liste (3).



Um zu weiter zurückliegenden Wochen zu wechseln, tippen Sie auf den Pfeil links neben der horizontalen Zeitachse (1) bzw. rechts daneben um wieder zur aktuellen Woche zurück zu gelangen (2).

Kalender

Mit dieser Applikation können Sie einen Überblick über aktuelle und zukünftige Termine behalten. Hier können Sie Termine oder andere wichtige Ereignisse eintragen, bearbeiten oder löschen.



Starten der Applikation

Sie starten die Applikation, indem Sie den Kalender, welcher sich ganz unten rechts am Bücherregal befindet, berühren.

Überblick über heutige Termine ansehen

Wenn Sie die Applikation gestartet haben, werden Ihnen die Termine von diesem Tag angezeigt. Jede Reihe in der Liste entspricht einem Zeitintervall von einer halben Stunde.



Darstellung 14: Kalender - Tagesansicht

Um andere Termine des heutigen Tages anzusehen, wischen Sie mit Ihrem Finger nach oben oder unten über die Liste.

Links oben in der Applikation finden Sie zwei Schaltflächen mit einem Pfeil nach links bzw. rechts. Tippen Sie auf diese Pfeile um zu vergangenen oder zukünftigen Tagen zu gelangen.

Überblick über Termine dieser Woche bzw. dieses Monats ansehen

Um in die Wochenübersicht Ihrer Termine zu wechseln, tippen Sie oben rechts auf die Schaltfläche „Woche“. Nun werden Ihnen in einer Tabelle die Termine dieser Woche angezeigt.

Um die Termine anderer Wochen anzusehen, tippen Sie auf die Pfeile, die sich links oben in der Applikation befinden.



Darstellung 15: Kalender - Wochenansicht

Um in die Monatsübersicht Ihrer Termine zu wechseln, tippen Sie oben rechts auf die Schaltfläche „Monat“. Nun werden Ihnen in einer Tabelle die Termine dieses Monats angezeigt.

Um die Termine anderer Monate anzusehen, tippen Sie auf die Pfeile, die sich links oben in der Applikation befinden.



Darstellung 16: Kalender - Monatsübersicht

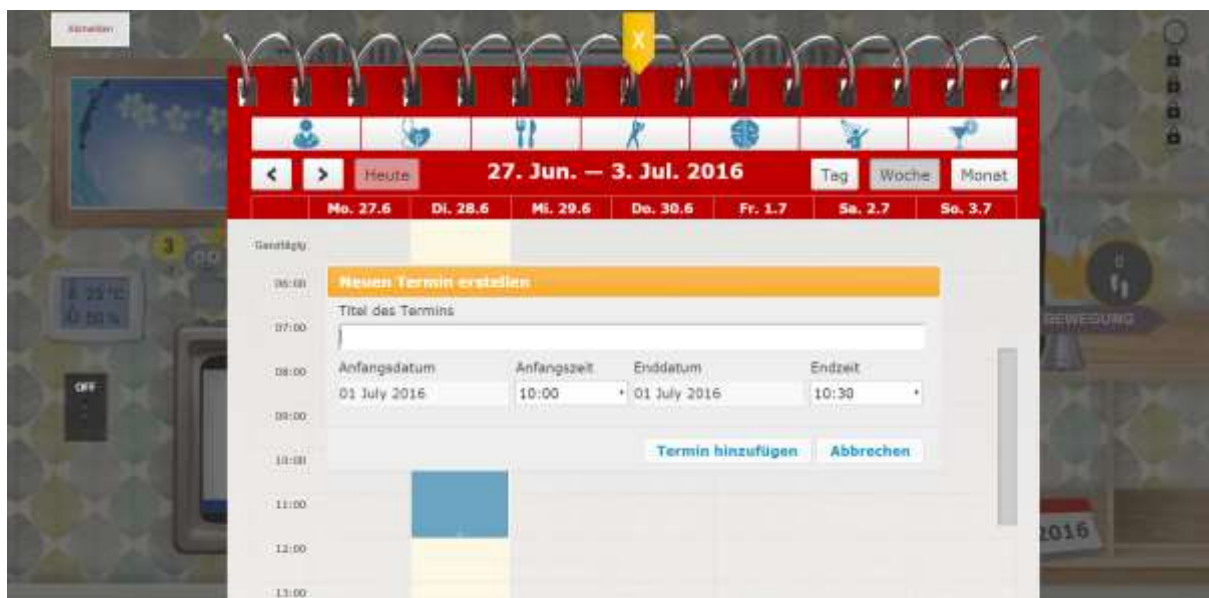
Neuen Termin anlegen

Ein neuer Termin kann angelegt werden, indem Sie auf einen leeren Platz im Kalender tippen. Dies ist sowohl in der Tages-, als auch in der Wochen- und in der Monatsübersicht

möglich. Es öffnet sich nun ein kleines Fenster mit dem Titel „Neuen Termin erstellen“. Geben Sie nun den Titel des Termins sowie Beginn und Ende des Termins über Ihre Tastatur ein. Tippen Sie anschließend auf „Termin hinzufügen“, um den Termin zu speichern oder auf „Abbrechen“, um die Erstellung eines neuen Termins abzubrechen.

Um die Eingabe zu erleichtern, finden Sie außerdem ganz oben im Kalender 7 Felder mit Icons. Diese repräsentieren Termine für folgende Tätigkeiten:

- Medizinische Kontrolltermin
- Gesundheitswerte messen (Blutdruck, Sauerstoffsättigung, Puls)
- Essen (Frühstücken, Mittagessen, Abendessen)
- Körperliche Übungen
- Kognitive Übungen
- Körperpflege/Dusche
- Treffen mit Freunden/Familie

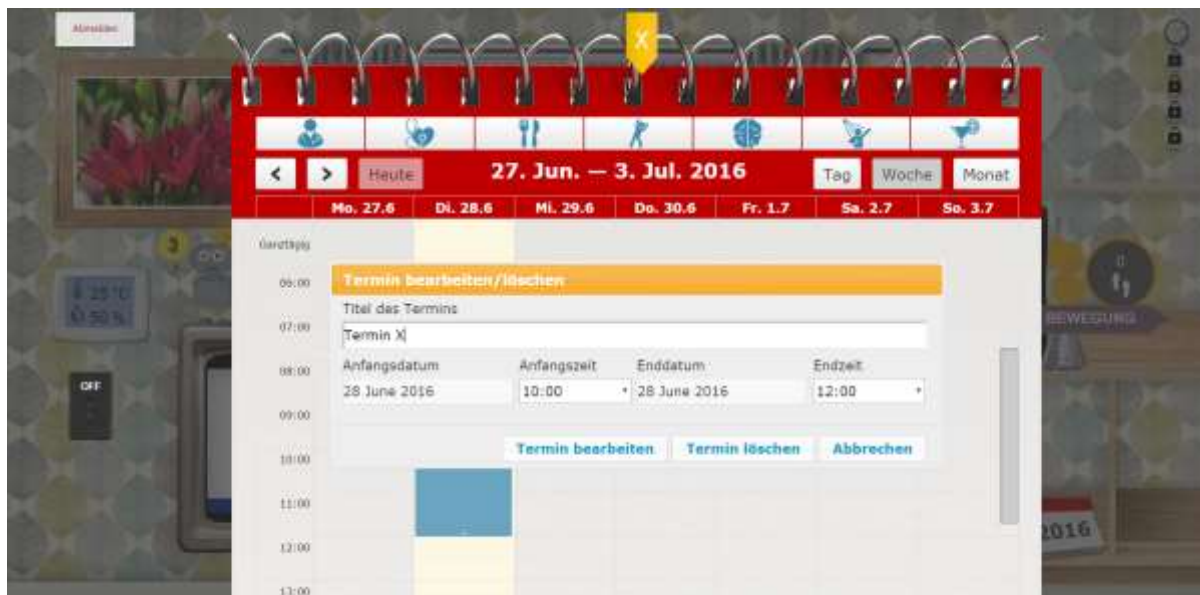


Darstellung 17: Kalender - Termin erstellen

Veränderung eines bestehenden Termins

Um im Nachhinein Veränderungen eines bereits bestehenden Termins durchzuführen, tippen Sie einfach auf den Termin, den sich gerne ändern möchten. Es öffnet sich ein ähnliches Fenster wie beim Erstellen eines Termins mit dem Titel „Termin bearbeiten“.

Ändern Sie die gewünschten Informationen über die Tastatur. Wenn Sie fertig mit der Veränderung des Termins sind, drücken Sie die Schaltfläche „Änderungen speichern“, um die durchgeführte Änderung zu speichern.



Darstellung 18: Kalender – Termin bearbeiten

Löschen eines bestehenden Termins

Um einen bestehenden Termin zu löschen, tippen Sie einfach auf den Termin, den Sie gerne löschen möchten. Das Fenster „Termin bearbeiten/löschen“ wird geöffnet. Drücken Sie auf die Schaltfläche „Termin löschen“, um den Termin aus Ihrem Kalender zu löschen.

Video Training



Die Applikation Video Training ermöglicht Ihnen körperliche Übungen zu Hause unter Anleitung durchzuführen. Basierend auf Ihren Bewertungen der Videos bezüglich Vergnügen und Schwierigkeit, wählt eWALL die am besten zu Ihnen passende Übungen zur Erreichung Ihrer Ziele aus.

Starten der Applikation

Sie starten die Applikation, indem Sie einen der schwarzen Felder rechts oben im Fernseher oder die Schaltfläche „GYMNASTIK“, welche sich rechts neben dem Fernseher befindet, berühren.

Starten des Video Trainings

Wenn Sie die Applikation gestartet haben, sehen Sie die ersten Informationen zum Training am Bildschirm des Fernsehgerätes. eWALL will damit sichergehen, dass Sie verstehen, wie die Applikation verwendet werden soll. Daher wird eWALL Sie darauf aufmerksam machen, Seite 22

Ihr Fitbit Armband zu tragen. Außerdem werden Sie darüber informiert, ob bei der Durchführung der verschiedenen Übungen, zusätzliche Gegenstände, wie z.B. ein Stuhl oder ein Tisch, notwendig sind. Stellen Sie sicher, dass Sie jene Gegenstände in Reichweite haben, bevor Sie auf „LOS GEHT'S“ drücken.



Darstellung 19: Video Gymnastik

Wenn Sie bereit sind zu trainieren, drücken Sie auf „LOS GEHT’S“. Der Video Trainer wird dann mit der ersten Aufwärm-Übung beginnen.

Aufwärm-Übungen

Es ist sehr wichtig, dass Sie sich aufwärmen, bevor Sie jegliche Form des Trainings durchführen. eWALL wählt für Sie Aufwärm-Übungen aus, die am besten für Ihren Körper geeignet sind. Zwischen den Aufwärm-Übungen sind nur jeweils 5 Sekunden Pause, damit die Muskelspannung nicht zu stark abnimmt. In der Darstellung sehen Sie die Übungs-Anleiterin, die eine Aufwärm-Übung vorzeigt. Machen Sie die gezeigte Übung nach.

Sie können das Video sehr einfach steuern. Rechts am Fernseher sehen Sie verschiedene Schaltflächen:

- „Stopp“: durch Berühren dieser Schaltfläche wird die Übung abgebrochen
- „Pause“: durch Berühren dieser Schaltfläche wird das Video angehalten
- „Abspielen“: durch Berühren dieser Schaltfläche wird das Abspielen des Videos fortgesetzt
- Ein Lautstärkeregler: durch Ziehen des weißen Punktes nach oben oder unten, kann die Lautstärke nach Ihren Wünschen lauter oder leiser eingestellt werden.
Nach oben ziehen = lauter
Nach unten ziehen = leiser



Darstellung 20: Trainingsvideo

Hauptübungen

Führen Sie die Hauptübungen nie durch, ohne vorher die Aufwärm-Übungen zu machen. Bitte führen Sie die Übungen nur so aus, wie im Video angeleitet.

Jede Hauptübung hat eine unterschiedliche Pausenzeit. Nützen Sie die Zeit um die vorhergehende Übung zu bewerten. Tippen Sie dazu unterhalb der 2 Fragen zum Vergnügen und der Schwierigkeit auf eines der 5 Sternchen und auf eines der 5 Fünfecke. (Wenn Sie beispielsweise auf das fünfte Sternchen tippen, dann bedeutet es, dass Ihnen diese Übung sehr gut gefallen hat. Tippen Sie auf das Fünfeck ganz rechts bedeutet es, dass die Übung sehr schwierig war).



Darstellung 21: Bewertung der Video Übung

Die Bewertung der Übungen ist sehr wichtig. Diese Informationen werden vom eWALL System verwendet, um Ihnen für die nächste Trainingseinheit geeignete Übungsserien zu empfehlen, die weder zu leicht noch zu schwierig und auch vergnüglich sind. Bitte bewerten Sie deshalb jedes Video.

Abwärm-Übungen

Nach der Durchführung von körperlichem Training ist es sehr wichtig Abwärm-Übungen durchzuführen. Das Abwärmen hilft Ihnen dabei, Ihren Körper wieder in einen ruhigen Zustand zu bringen. Zwischen den einzelnen Abwärm-Übungen ist eine Pausenzeit von 5 Sekunden enthalten. Die Abwärm-Übungen können nicht bewertet werden.

Wenn Sie die Aufwärm- bzw. Abwärm-Übungen nicht durchführen, kann dies zu Muskelschmerzen und körperlichem Unbehagen führen.

Hausstatus



Mit dieser Applikation erhalten Sie einen Überblick über die Temperatur, Luftfeuchtigkeit und Beleuchtungsstärke in Ihrem zu Haus. Die Messungen werden für jeden Raum, welcher mit entsprechenden Sensoren ausgestattet ist, angezeigt.

Starten der Applikation

Sie starten die Applikation, indem Sie das Thermostat am Hauptbildschirm berühren.

Überblick über den derzeitigen Hausstatus ansehen

Wenn Sie die Applikation gestartet haben, sehen Sie den derzeitigen Status in Ihrem zu Hause. Wie Sie in der Darstellung sehen, werden Ihnen die Temperatur in Grad Celsius, die Luftfeuchtigkeit in Prozent und die Beleuchtungsstärke in Lux, in den vier Räumen Küche, Wohnzimmer, Schlafzimmer und Badezimmer angezeigt.



Darstellung 22: Hausstatus - aktueller Status

Überblick des Hausstatus eines gesamten Tages ansehen

Berühren Sie oben in der Applikation die Schaltfläche „TAG“, um einen Überblick der an diesem Tag, in jeder Stunde gemessenen Werte anzeigen zu lassen. Wie Sie an der Darstellung sehen können, fehlen unter Umständen ein paar Messwerte. Das bedeutet, dass die Sensoren in dieser Zeitspanne keinen Wert messen konnten. Wenn sehr viele Messwerte fehlen, kontaktieren Sie uns bitte.

Ganz unten in der Applikation sehen Sie die Schaltflächen „KÜCHE“, „WOHNZIMMER“, „SCHLAFZIMMER“ und „BADEZIMMER“. Wenn Sie eine davon berühren, werden Ihnen die Messwerte des ausgewählten Raumes angezeigt.



Darstellung 23: Hausstatus - Tagesansicht

Überblick des Hausstatus einer Woche ansehen

Um eine Wochenübersicht Ihres Hausstatus anzusehen, berühren Sie oben in der Applikation die Schaltfläche „WOCHE“. Es wird Ihnen eine Tabelle mit den durchschnittlichen Messwerten der einzelnen Tage der Woche angezeigt.

Ganz unten in der Applikation sehen Sie die Schaltflächen „KÜCHE“, WOHNZIMMER“, SCHLAFZIMMER“ und „BADEZIMMER“. Wenn Sie eine davon berühren, werden Ihnen die Messwerte des ausgewählten Raumes angezeigt.



Darstellung 24: Hausstatus - Wochenansicht

Überblick des Hausstatus eines Monats ansehen

Um eine Monatsübersicht Ihres Hausstatus anzusehen, berühren Sie oben in der Applikation die Schaltfläche „MONAT“. Es wird Ihnen eine Tabelle mit den durchschnittlichen Messwerten der einzelnen Tage des Monats angezeigt. In der Monatsübersicht können Sie mit dem Finger über die Grafik nach rechts streichen um länger zurück liegende Tage zu betrachten.

Ganz unten in der Applikation sehen Sie die Schaltflächen „KÜCHE“, „WOHNZIMMER“, „SCHLAFZIMMER“ und „BADEZIMMER“. Wenn Sie eine davon berühren, werden Ihnen die Messwerte des ausgewählten Raumes angezeigt.



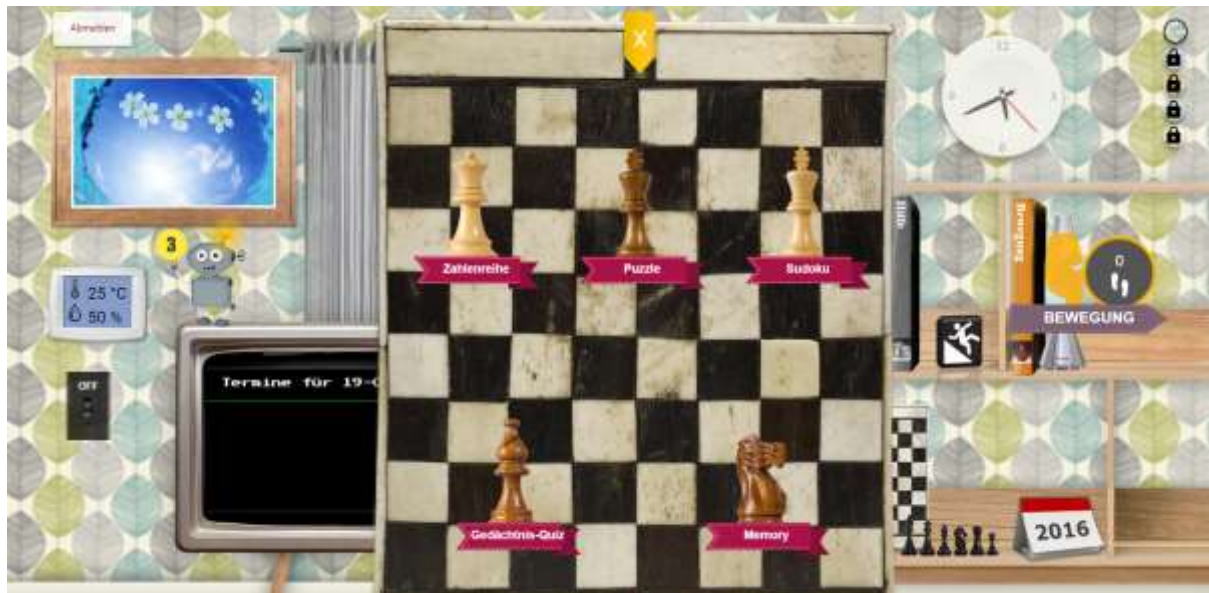
Darstellung 25: Hausstatus - Monatsansicht

Kognitive Trainingsspiele

Mit Hilfe dieser Spiele können sie Ihre kognitiven Fähigkeiten trainieren. Um Zugang zu den verschiedenen Spielen zu bekommen, berühren Sie das Schachbrett, das sich unten im Bücherregal am Hauptbildschirm befindet.

Nun sehen auf einem Schachbrett verschiedene Symbole mit Namen der Spiele, die zur Auswahl stehen.





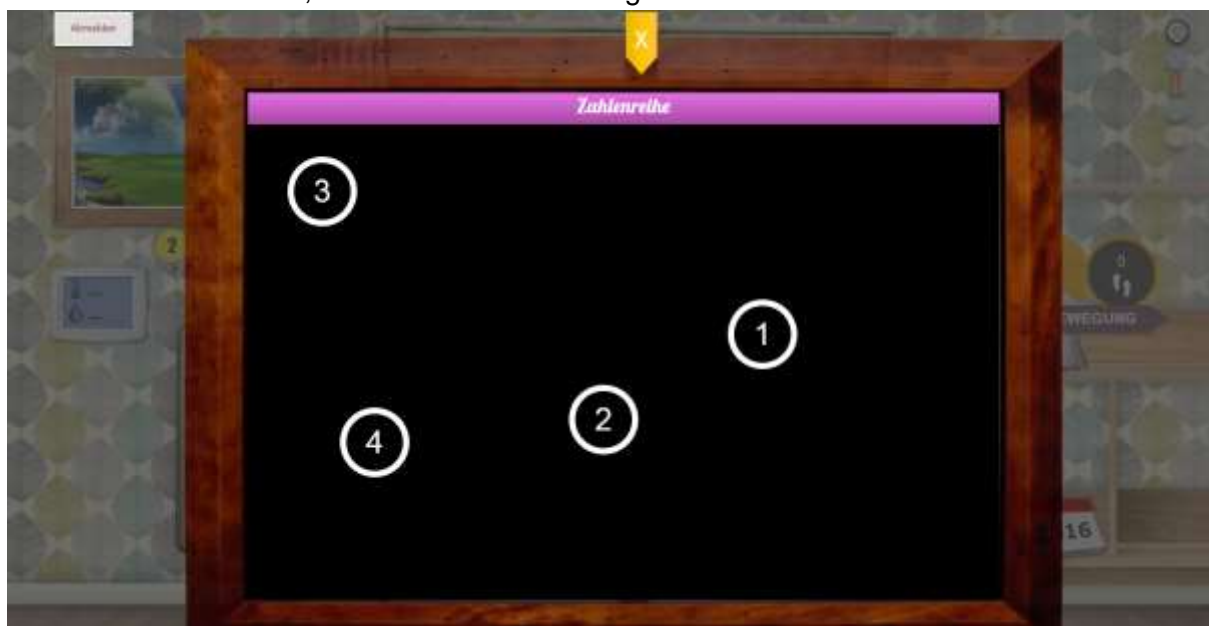
Darstellung 26: Spiele-Übersicht

Zahlenreihe

Dies ist ein Spiel zum Trainieren Ihres Kurzzeitgedächtnisses. Bei diesem Spiel geht es darum sich die Position der Ziffern in den Kreisen in aufsteigender Reihenfolge zu merken.

Starten des Spiels: Berühren Sie die Schach-Spielfigur mit dem Namen „Zahlenreihe“, um das Spiel zu starten.

Spielanleitung: Bevor Sie mit dem Spiel beginnen, wählen Sie eine Schwierigkeitsstufe aus: leicht, mittel oder schwer. Anschließend werden Ihnen Ziffern in Kreisen dargestellt, die über das Feld verstreut sind, wie es in der Darstellung zu sehen ist.

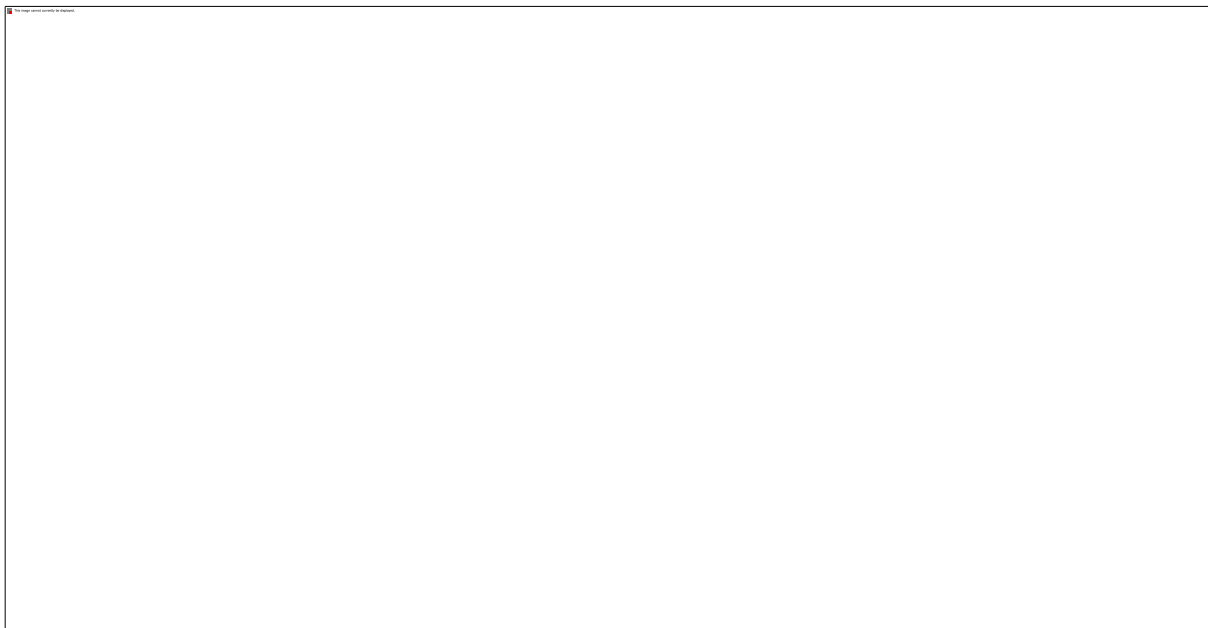


Darstellung 27: Zahlenreihe

- Versuchen Sie sich die Position jeder Nummer am Spielfeld zu merken
- Wenn Sie so weit sind, drücken Sie auf eine beliebige Stelle am Feld. Dann verschwinden alle Ziffern und nur noch die Kreise sind zu sehen.
- Nun sollen Sie alle Ziffern in aufsteigender Reihenfolge der Ziffern antippen.
- Um das Spiel zu gewinnen, müssen alle Kreise in der richtigen Reihenfolge angetippt werden.
- Wenn Sie einen Fehler gemacht haben oder das aktuelle Spiel beendet haben, dann tippen Sie erneut auf den Bildschirm um ein neues Spiel zu starten.

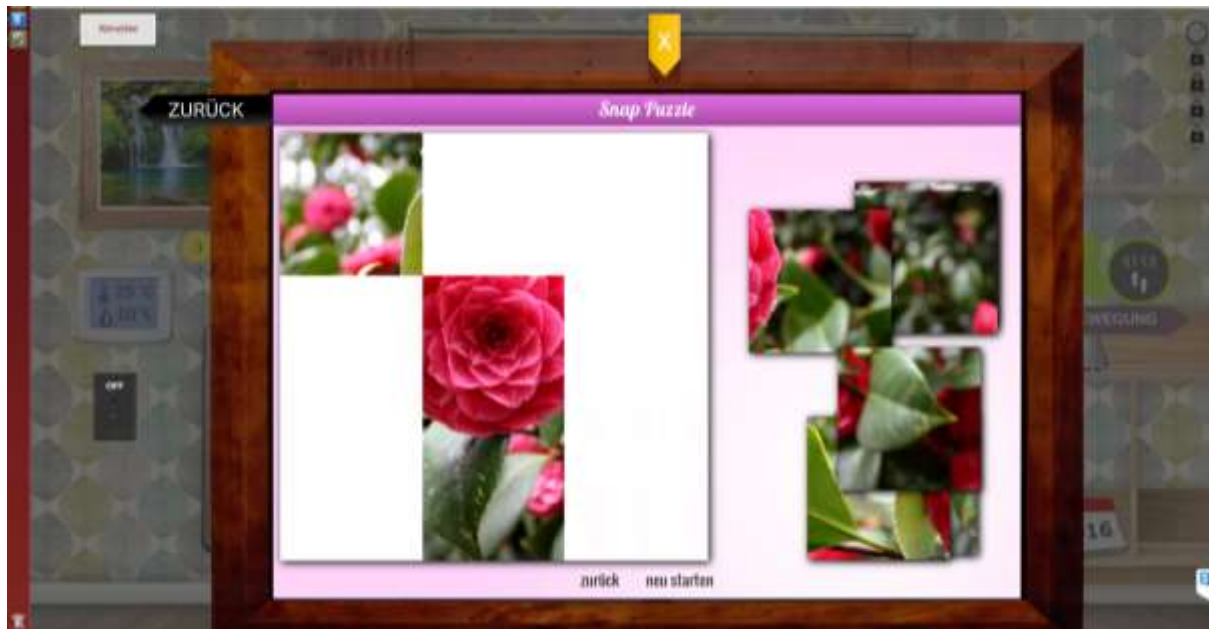
Puzzle

Starten des Spiels: Nachdem Sie das Puzzle Spiel ausgewählt haben, suchen Sie sich eines der 4 Bilder an indem Sie darauf tippen. Anschließend wählen Sie eine der 3 Schwierigkeitslevels indem Sie auf „leicht“, „mittel“ oder „schwer“ am unteren Bildschirm tippen.



Darstellung 28: Puzzle Spiel - Auswahlkriterien

Spieleanleitung: Ziehen Sie nun die Puzzleteile von der rechten Bildschirmhälfte in die entsprechende Position in der weißen Fläche links. Tippen Sie dafür auf das Puzzleteil und ziehen es auf die entsprechende Stelle indem Sie mit dem Finger über den Bildschirm wischen.



Darstellung 29: Puzzle Spiel

Sudoku

Starten des Spiels: Nachdem Sie das Sudoku Spiel ausgewählt haben, können Sie der 3 Schwierigkeitslevels indem Sie auf „leicht“, „mittel“ oder „schwer“ am unteren Bildschirm tippen. Sie sehen nun das Sudoku-Spielfeld. Um eine Ziffer einzutragen, tippen Sie auf das entsprechende Feld. Es erscheint nun ein Kreis mit Ziffern. Wischen Sie zur entsprechenden Ziffer um sie einzutragen.



Darstellung 30: Sudoku Spiel

Spielanleitung: Sudoku ist ein Zahlenrätsel. Das quadratische Spielfeld ist in drei mal drei Blöcke unterteilt. Jeder dieser Blöcke besteht wiederum aus 9 Kästchen. Das gesamte Spielfeld besteht somit aus 81 Kästchen die sich 9 Spalten und 9 Reihen zuordnen lassen. Von diesen 81 Feldern sind typischerweise 22 bis 36 Felder vorgegeben, in denen Zahlen zwischen 1 bis 9 stehen.

Das Ziel des Spiels ist, das Spielfeld zu vervollständigen. Dabei sind die vom Spiel vorgegebenen Zahlen nicht veränderbar. Die leeren Kästchen müssen mit Ziffern gefüllt werden.

Dabei gelten folgende drei Regeln:

- In jeder Zeile dürfen die Ziffern von 1 bis 9 nur einmal vorkommen
- In jeder Spalte dürfen die Ziffern von 1 bis 9 nur einmal vorkommen
- In jedem Block dürfen die Ziffern von 1 bis 9 nur einmal vorkommen

Das Spiel ist beendet, wenn alle Kästchen korrekt gefüllt sind.

Memory

Dies ist ein Spiel zum Training Ihre assoziatives Gedächtnis. Bei Memory ist das Ziel zwei zusammengehörige Kärtchen aufzudecken. Tippen Sie auf die Kästchen mit dem Fragezeichen, um zu sehen welches Bild sich dahinter verbirgt.

Starten des Spiels: Berühren Sie die Schach-Spielfigur mit dem Namen „Memory“, um das Spiel zu starten.

Spielanleitung: Bevor Sie mit dem Spiel beginnen, wählen Sie eine Schwierigkeitsstufe aus: leicht, mittel oder schwer. Nachdem Sie die Schwierigkeitsstufe gewählt haben, wird Ihnen eine Reihe von Kästchen mit Fragezeichen angezeigt.

- Tippen Sie auf ein Kästchen und merken Sie sich das Bild.
- Tippen Sie auf ein zweites Kästchen und merken Sie sich auch dieses Bild. Wenn die zwei aufgedeckten Bilder gleich sind, dann haben Sie bereits ein richtiges Pärchen gelöst. Wenn nicht, dann verdecken sich beide Kästchen wieder.
- Fahren Sie fort, indem Sie neue Kästchen aufdecken und Pärchen finden.
- Um das Spiel zu gewinnen, müssen Sie alle Pärchen aufdecken.
- Wenn Sie das Spiel beendet haben, erfahren Sie Ihr Spielergebnis (Dauer in Sekunden und Anzahl der Klicks).



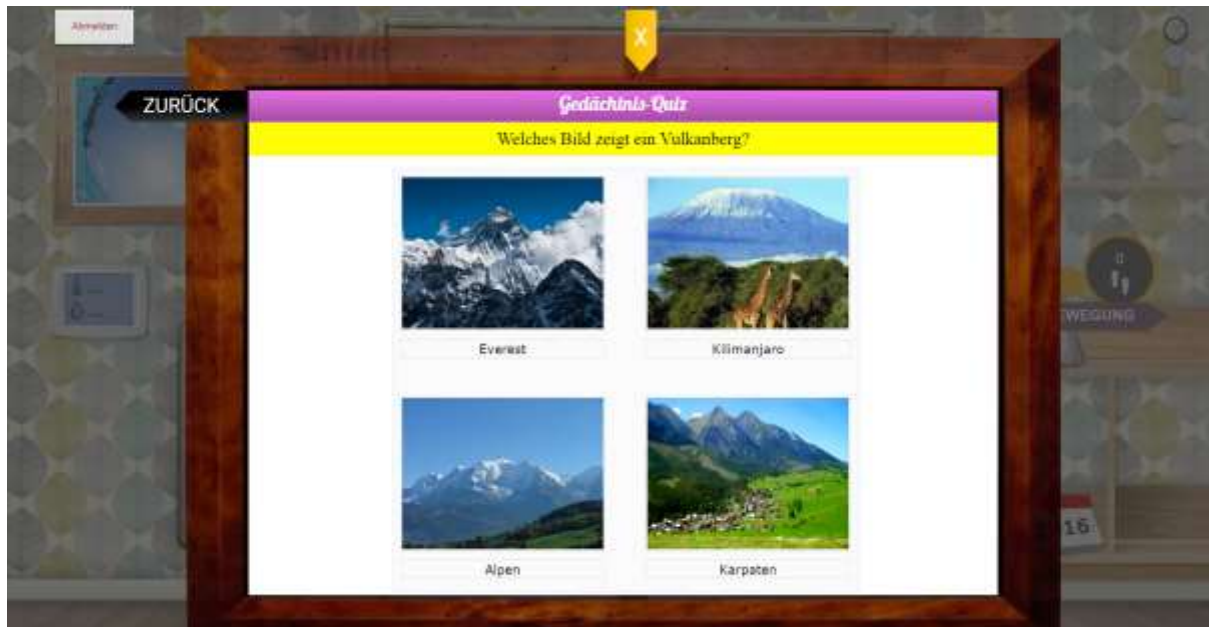
Darstellung 31: Memory

Gedächtnis-Quiz

Dies ist ein Spiel zum Trainieren Ihres Langzeitgedächtnisses. Bei diesem Spiel müssen Sie die passenden Antworten auf Fragen finden. Pro Frage gibt es 4 Antwortmöglichkeiten. Das Ziel ist es, alle Fragen korrekt zu beantworten. Die Fragestellungen können von Ihrer Betreuungsperson in der Betreuer Applikation generiert werden, um so ein auf Sie abgestimmtes Spiel zu entwickeln. Dazu können persönlich Fotos von Ihnen oder Ihrer Familie verwendet werden um beispielsweise Fragestellungen zu Ihrem letzten Urlaub, zu Ihrem Bekanntenkreis oder anderen Ereignissen zu entwickeln. Die Betreuungsperson kann so auch verschiedene Themen von Fragengruppen entwickeln (z.B. Allgemeines, Familie, Freunde, Reisen).

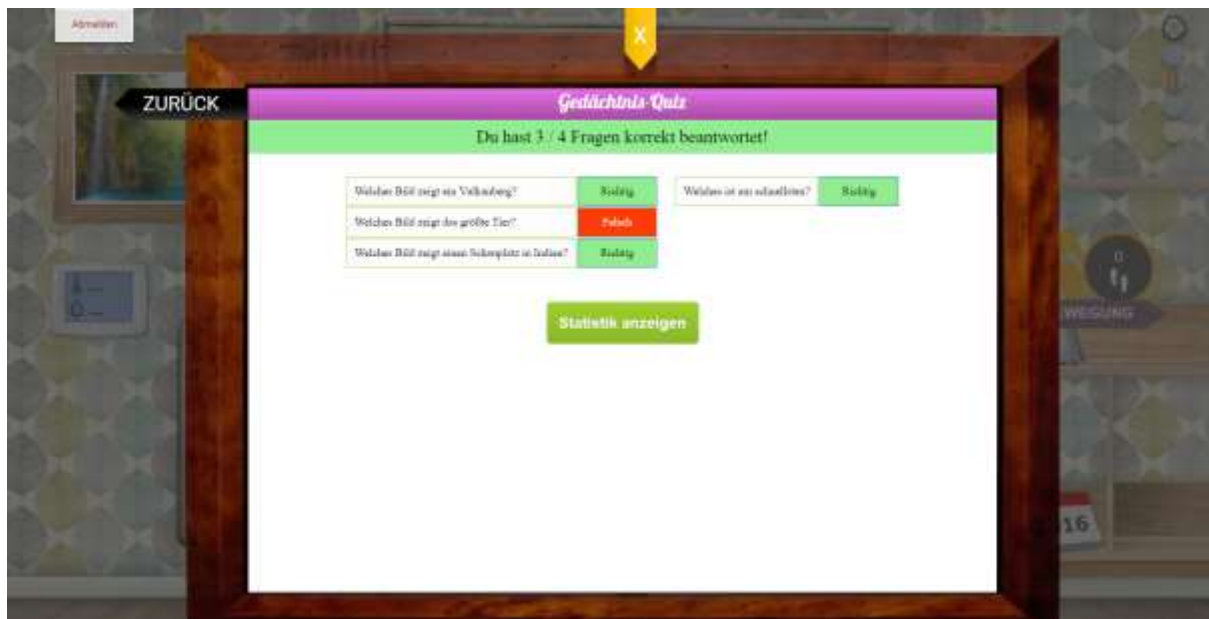
Starten des Spiels: Berühren Sie die Schach-Spielfigur mit dem Namen „Memory Quiz“, um das Spiel zu starten.

Spielanleitung: Sobald Sie die Applikation starten, sehen Sie einen Startbildschirm in dem Sie ein Thema für das Quiz auswählen können, indem Sie darauf tippen. Dann beginnt das Spiel.



Darstellung 32: Gedächtnis-Quiz

- Beantworten Sie die Fragen, indem Sie auf die Antwort, die Sie für richtig halten, tippen. Danach wird Ihnen die nächste Frage angezeigt.
- Nachdem Sie die letzte Frage beantwortet haben, sehen Sie in einer Übersicht wie viele Fragen richtig bzw. falsch beantwortet wurden. Außerdem können Sie nachsehen welche die richtige Antwort der Fragen waren, die Sie falsch beantwortet haben. Eine Statistik über die Ergebnisse der letzten Spiele wird ebenfalls angezeigt. Entscheiden Sie nun, ob Sie ein neues Quiz starten wollen oder die Applikation beenden wollen.



Darstellung 33: Ergebnis des Gedächtnis-Quiz

Benachrichtigungen

Ab und zu wird neben dem freundlichen Roboter am Bildschirm eine Ziffer in gelben Hintergrund erscheinen, um Ihnen zu Ihrem Fortschritt zu gratulieren, oder um Ihnen sinnvolle Ratschläge oder Informationen zu geben. Tippen Sie den Roboter an, um die Nachricht zu lesen. Der Roboter erscheint dann und Sie können über die entsprechenden Kommentare rechts mit dem Roboter interagieren. Tippen Sie dafür einfach auf die Schrift.



Darstellung 34: Roboter

Wenn Sie die angezeigte Benachrichtigung gelesen haben, tippen Sie einfach irgendwo auf den Bildschirm, damit eWALL weiß, dass Sie die Nachricht in Kenntnis genommen haben.

Einige der Benachrichtigungen werden auch in Form von Fragen gestellt. Über Schaltflächen haben Sie dann die Möglichkeit auf die Fragen zu antworten. Dabei gibt es keine richtige oder falsche Antwort. Antworten Sie einfach so, wie Sie es in jenem Moment für passend erachten.

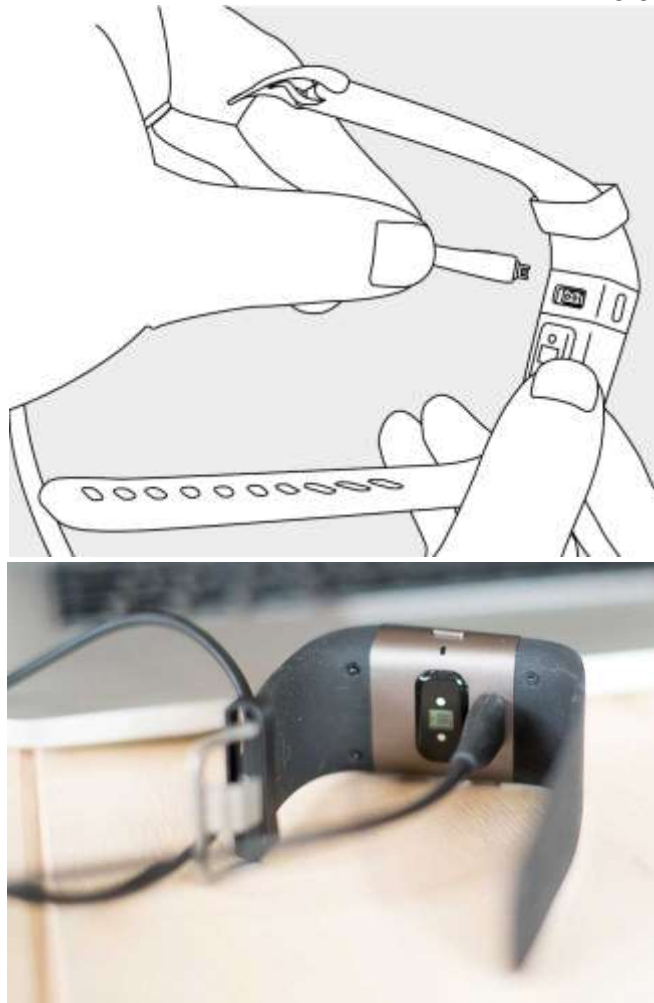
Aktivitätstracker Armband

Ihr Fitbit Armband zeichnet auf, wie viele Schritte Sie täglich gegangen sind. Außerdem zeichnet es automatisch Schlaf auf, vorausgesetzt Sie tragen das Armband beim Schlafen. Diese Daten synchronisiert es automatisch mit dem eWALL Bildschirm, sodass sie dort Ihre Aktivität und die Schlafqualität nachsehen können.

Das Fitbit wird mit einem Akku betrieben, der im Allgemeinen ausreichend Energie für **fünf Tage** hat. Sie haben entweder das schwarze FitBit Charge HR Armband oder das blaue Fitbit Flex Armband bekommen. Der Ladevorgang unterscheidet sich zwischen den beiden Modellen:

Aufladen des Fitbit Charge HR:

Um den Charge HR aufzuladen, schließen Sie den entsprechenden Anschluss auf der Rückseite des Charge HR an. Ein Batteriesymbol auf der Anzeige zeigt den Ladestatus an. Es dauert zwischen einer und zwei Stunden, bis der Akku vollständig geladen ist.

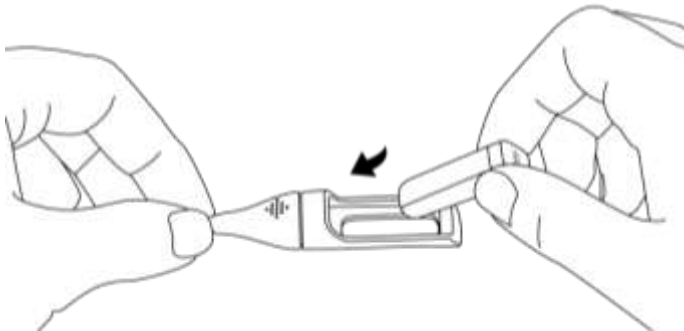


Laden des FitBit Flex Armbandes:

1. Drücken Sie den Akku aus dem Armband heraus:



2. Schieben Sie den Akku in das Ladekabel, welches sich auf der Ablagefläche unterhalb des eWALL Screens befindet. Schieben Sie das runde Ende des Akkus in einem leichten Winkel in das Ladegerät.



3. Ladekabel. Drücken Sie den Akku mit dem Daumen in das Ladekabel hinein und nach unten, bis Sie ein Klicken hören.



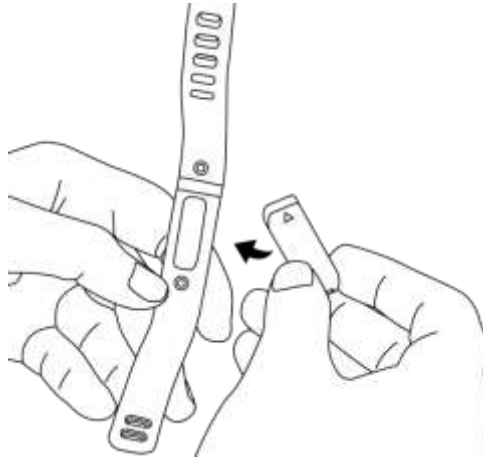
4.



5. Stellen Sie sicher, dass das Ladekabel gut an das Ladegerät angeschlossen ist.

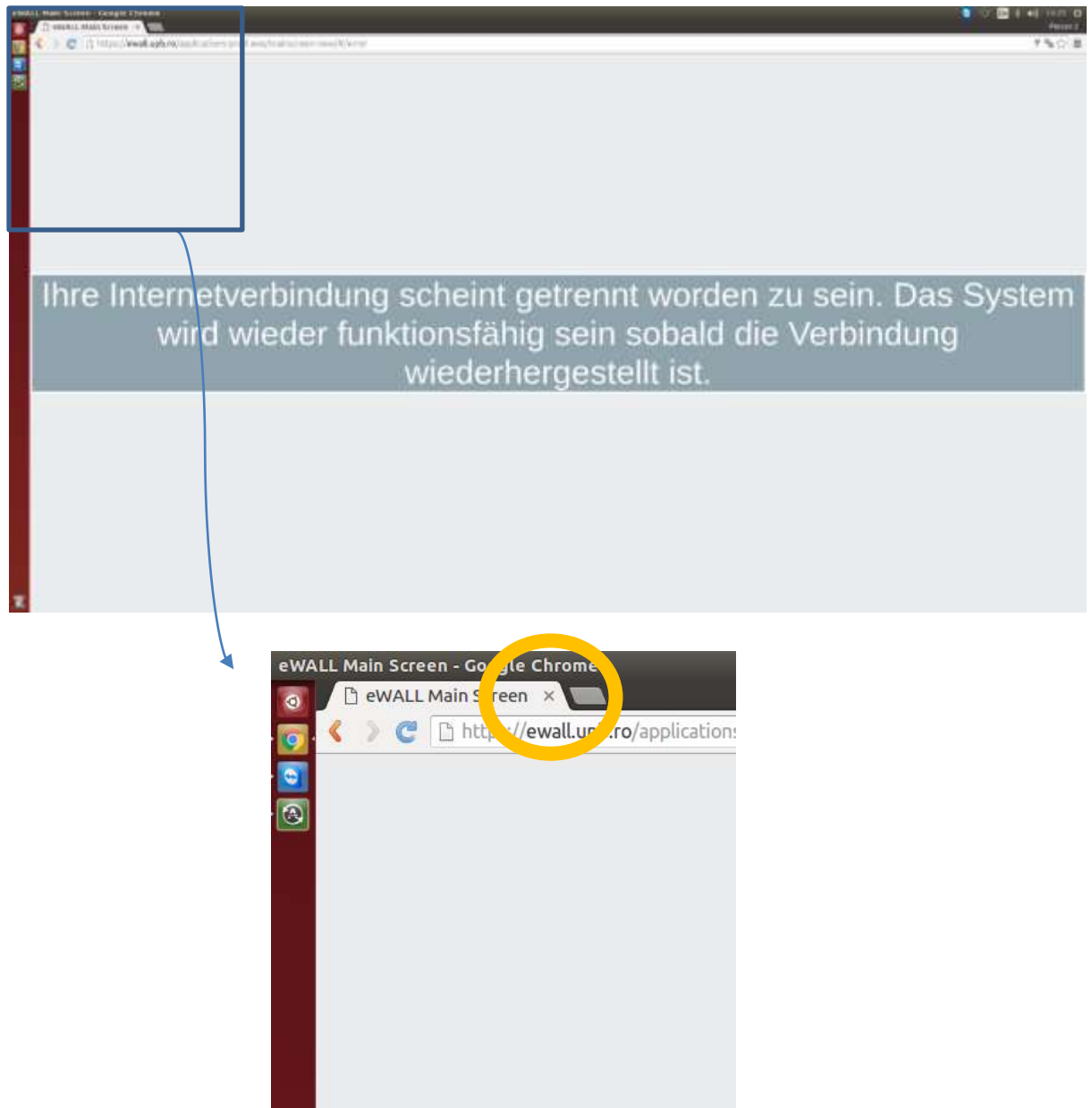


6. Die LED-Lämpchen des Akkus pulsieren, um alle paar Sekunden den Ladestand des Akkus anzuzeigen.
Jedes ununterbrochen leuchtende Lämpchen zeigt den aktuellen Stand an. Es kann bis zu drei Stunden dauern, bis der Akku vollständig aufgeladen ist. Bei einer vollständigen Ladung blinken alle fünf LED-Lämpchen.
7. Dann können Sie den Akku aus dem Ladekabel nehmen und wieder ins Armband einschieben (siehe auch Bilder unter Punkt 1).

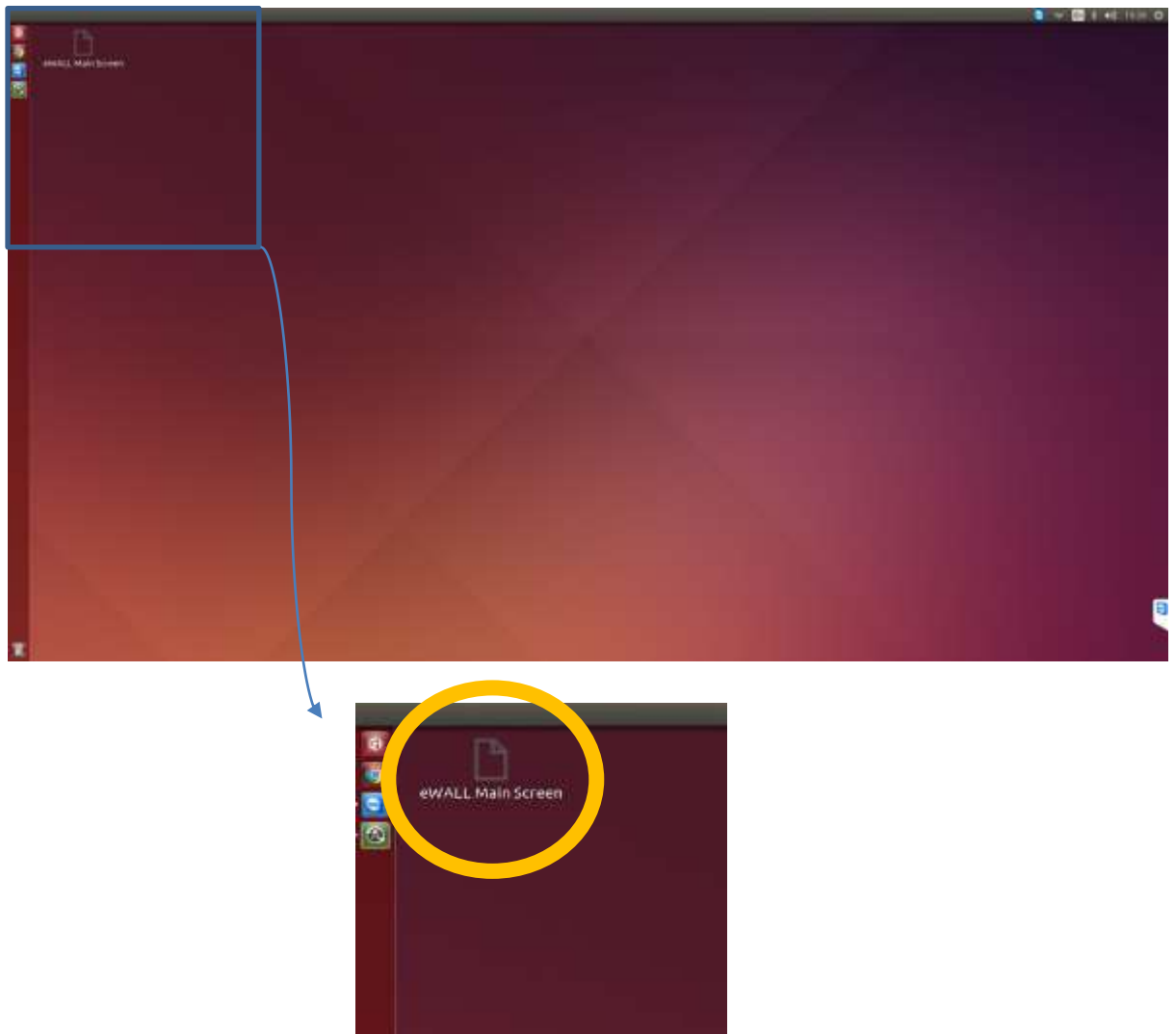


Fehlermeldungen

Falls am eWALL Bildschirm eine Fehlermeldung erscheint (siehe die Bilder mit Beispielen unterhalb), dann schließen Sie das Fenster indem Sie auf das X oben rechts drücken (siehe orange Markierung im Bild unterhalb).



Es erscheint nun ein dunkelroter Bildschirm (siehe Abbildung unterhalb). Drücken Sie nun auf die Fläche mit der Aufschrift „eWALL Main Screen“ oben rechts (siehe orange Markierung unterhalb).



Falls eWALL auch nach diesem neuerlichen Öffnen nicht den gewohnten Bildschirm anzeigt, starten Sie bitte das System neu (siehe folgendes Kapitel).

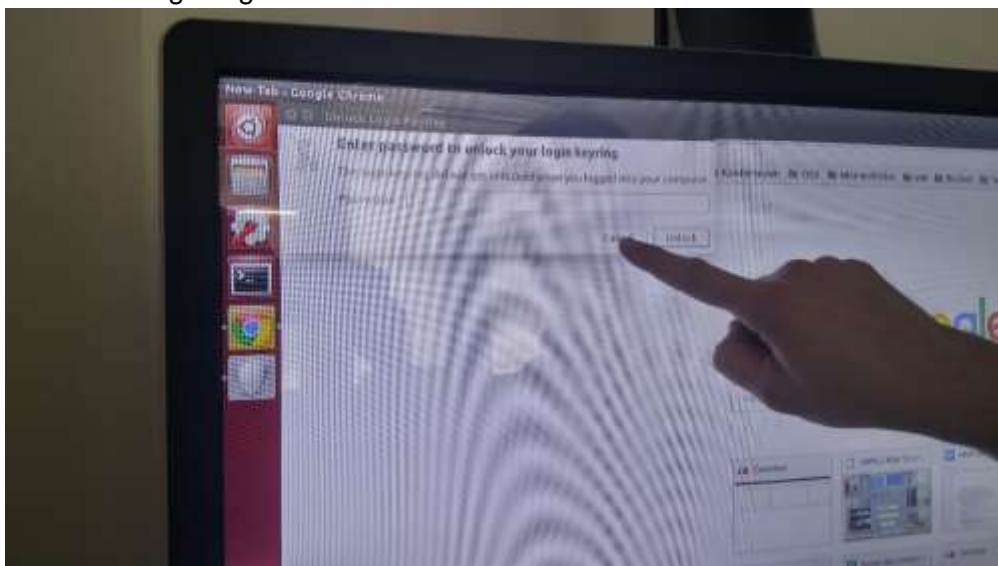
Neustart des eWALL Systems

Wenn technische Probleme auftreten, bitten wir Sie möglicherweise das System neu zu starten. Im Folgenden wird dargestellt, wie das System neu gestartet werden kann.

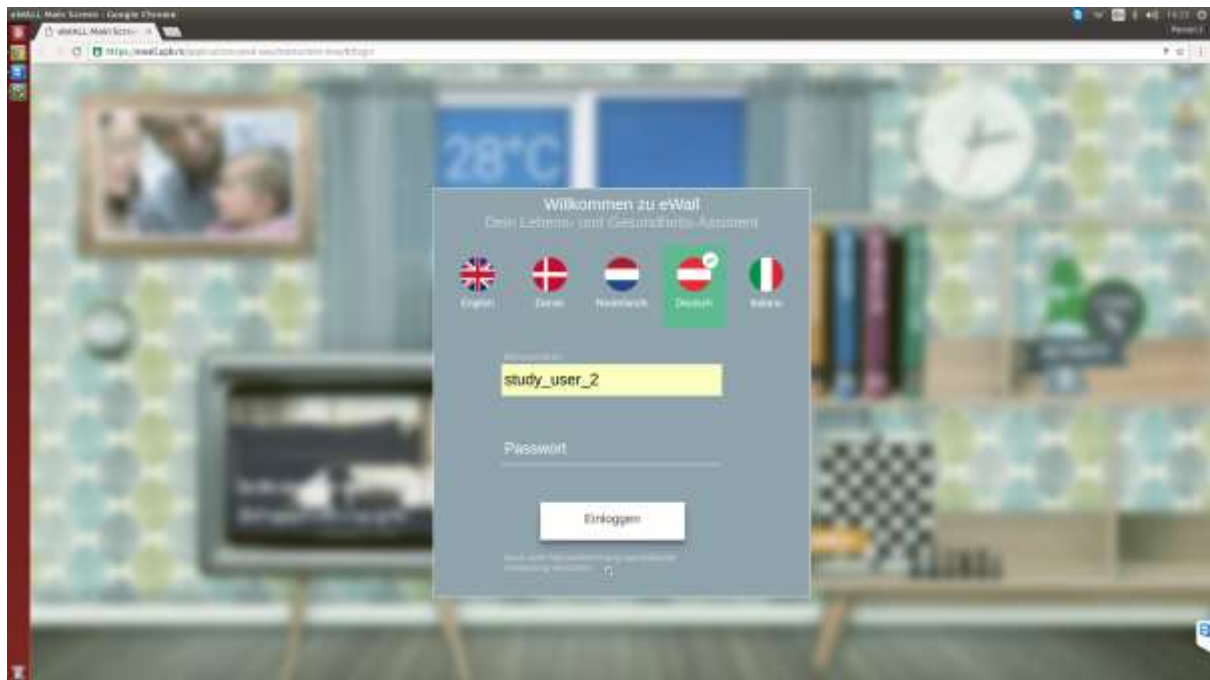
1. Um das System neu zu starten, drücken Sie bitte den Knopf auf dem Gigabyte PC neben der Aufschrift „Neustart“, wie auf dem Bild erkennbar, für **mindestens 5 Sekunden**.



2. Nun ist das System abgeschaltet. Warten Sie ein paar Sekunden und drücken Sie danach nochmals für **1-2 Sekunden auf den Neustart-Knopf**. Das System schaltet sich nun wieder ein.
3. Drücken Sie nun auf die Schaltfläche mit der Aufschrift „**Cancel**“ wie im Bild unterhalb angezeigt:



4. Nun sollten Sie den eWALL Start-Bildschirm sehen, wie unterhalb abgebildet. Geben Sie nun Ihren Benutzernamen und Ihr Passwort ein und drücken Sie auf „Einloggen“. Nun sollten Sie Ihren gewohnten eWALL Bildschirm sehen.



Darstellung 35: eWALL Anmeldung