QSMART · HJÆLP TIL DIT PRODUKT

GPS-armbånd

Brugsanvisning til 4G GPS armbånd til ældre med SIM-kort faldalarm, opkaldsfunktion og SOS

- SIM-kort kræves
- Genopladeligt batteri
- AnyTracking-app



GPS
Position i appen

SOS
Opkald og faldregistrering

Dansk brugsanvisning · Revision 10.11.2026

Læs også den opdaterede guide på qsmart.dk

Find rundt i guiden

Vælg et afsnit. Rækkefølgen følger guiden på hjemmesiden.

01 · SIM-kort aktivering **6**
02 · SIM-kort installering **6**
03 · Lysindikator betydninger **9**
04 · Opsætning af appen **10**
05 · Betjening af armbåndet **11**
06 · SOS-knap 13
07 · 1- og 2-knapper 15
08 · Mikrofonknap 16
09 · AnyTracking-appen **17**
10 · GPS-sporing i realtid 19
11 · Lokationshistorik 21
12 · Geofence (geografisk hegn) 24
13 · Opret geofence 28
14 · Sundhedsmålinger 31
15 · Puls og blodtryk 33
16 · Alarm ved unormal puls 36
17 · Skridttæller 38
18 · Medicinpåmindelse 40
19 · Kropstemperatur 45
20 · Iltmætning i blodet 51
21 · Opkald og talebeskeder 53
22 · Opkald til armbånd 54
23 · Talebeskeder 55
24 · Lydovervågning 57
25 · Indstillinger 57
26 · Om enheden 59
27 · Skift adgangskode 61

28 · Indstil SOS-numre 62
29 · Telefonbog 64
30 · SMS-advarsler 67
31 · Aftagningsalarm 67
32 · Sikkerhedstilstand 68
33 · Ringetone og vibration 69
34 · Vækkeur 70
35 · Find armbånd med lyd 72
36 · Besvarelsestilstand 73
37 · Talende ur 74
38 · Faldalarm 75
39 · Faldalarm følsomhed 76
40 · Tidsindstillet tænd/sluk 78
41 · Enhedssprog og tidszone 79
42 · Genstart på afstand 80
43 · Sluk på afstand 81
44 · Gendan fabriksindstillinger 82
45 · Alarmhistorik 83
46 · Påmindelsesindstillinger 85
47 · FAQ i AnyTracking 87

Før du starter

Vigtigt før du starter

Vigtigt før produktet tages i brug

Korrekt opsætning er afgørende. For at produktet fungerer korrekt, skal denne brugsanvisning følges nøje, herunder opsætning af SIM-kort og aktivering af funktioner. Forkert eller manglende opsætning kan medføre, at eksempelvis **SOS-knappen eller faldalarmen** ikke fungerer som forventet.

Fraskrivning af ansvar: Vi tager ikke ansvar for manglende alarmer eller funktionssvigt, der skyldes forkert opsætning, manglende aktivering eller afvigelse fra brugsanvisningen. Det er købers ansvar at sikre, at produktet er korrekt konfigureret og testet, før det tages i brug.

Brugsanvisning

Vælg et punkt i menuen nedenfor for at gå direkte til den ønskede del af brugsanvisningen. Hvis armbåndet opsættes for første gang, anbefaler vi, at du **starter med første punkt og følger vejledningen i rækkefølge**.

Tak for købet af vores **4G GPS armbånd til ældre**! Armbåndet benytter både **2G- og 4G-netværk** og har funktioner som **GPS-sporing**, **SOS-knap** og **automatisk faldalarm**, der giver ekstra tryghed for både bruger og pårørende.

Armbåndet bæres om håndleddet og gør det muligt hurtigt at tilkalde hjælp. Med **GPS-sporing** kan pårørende se brugerens placering, mens **opkaldsfunktionen** gør det muligt at få hurtig kontakt ved behov.

GPS armbåndet er velegnet til ældre, personer med demens og andre med behov for ekstra sikkerhed i hverdagen.

Kom godt i gang

Følg brugsanvisningen trin for trin

Vi anbefaler, at du følger vejledningen nedenfor i rækkefølge og læser hvert afsnit, **før du udfører det pågældende trin**.

Start med første punkt i menuen, **SIM-kort aktivering**, og fortsæt derefter punkt for punkt gennem vejledningen, herunder **SIM-kort installering**, **lysindikatorernes betydning**, **opsætning af appen** og **betjening af armbåndet**.

01 · SIM-kort aktivering

SIM-kort aktivering

Der medfølger en Qsmart SIM-kort startpakke. Aktivér SIM-kortet, før det sættes i enheden.

1. Log ind på Min konto på Qsmart.dk.
2. Åbn administrationen af dit SIM-kort, og følg aktiveringen med oplysningerne fra startpakken.
3. Vælg abonnementet til dit udstyr, og gennemfør aktiveringen. Når SIM-kortet er aktiveret, følger du næste afsnit om isætning.



Qsmart SIM-kort startpakke

02 · SIM-kort installering

SIM-kort installering

OBS: Læs alle punkter grundigt, inden SIM-kortet installeres.

1. **Aktivér SIM-kortet først.**
   SIM-kortet skal være aktiveret, inden det sættes i armbåndet. Se afsnittet **SIM-kort aktivering**.
2. **Sørg for, at armbåndet er slukket.**

Armbåndet skal være slukket, inden SIM-kortet installeres.

3. **Åbn SIM-kortdækslet.**
   På siden af armbåndet sidder et dæksel mærket **SIM**. Brug den medfølgende skruetrækker til at skrue de to skruer ud, og fjern derefter dækslet.
4. **Fjern dækslet forsigtigt.**
   Hvis dækslet sidder fast, kan det forsigtigt løsnes med medfølgende pincet eller en negl.
5. **Indsæt Nano SIM-kortet.**
   Indsæt Nano SIM-kortet som vist på billedet nedenfor. Brug eventuelt den medfølgende pincet.**Vigtigt:** SIM-kortet skal vende som vist på billedet, med det "knækkede" hjørne opad, ind mod armbåndet, og guldpladen op.



6. **Skub SIM-kortet helt ind.**
   Kortet skal skubbes **helt ind**, indtil det låser fast. Brug eventuelt den medfølgende pincet til forsigtigt at skubbe kortet helt ind i enheden.



Forkert
SIM-kortet er ikke skubbet helt ind.



Korrekt
SIM-kortet er skubbet helt ind.

7. **Monter SIM-kortdækslet igen.**
   Når SIM-kortet er sat korrekt i, monteres dækslet igen og fastgøres med de to skruer.
8. **Tænd armbåndet.**
   Hold **SOS-/tænd-knappen** nede, indtil der høres en ringetone, og armbåndet vibrerer let.



03 · Lysindikator betydninger

Lysindikator betydninger

Armbåndet har to lysindikatorer på hver side af den grønne mikrofonknap:

- **Rød indikator til venstre** – viser netværks- og batteristatus.
- **Blå indikator til højre** – viser GPS- og lokationsstatus.

Nedenfor kan du se, hvad de forskellige lys og blinkemønstre betyder.

Når armbåndet er tændt

Rød indikator	Langsomt blink	Søger efter mobilnetværk
Rød indikator	Hurtigt blink	Mobilnetværk fundet
Blå indikator	Langsomt blink	Søger efter GPS-lokation
Blå indikator	Hurtigt blink	Lokation uploadet/opdateret

Når armbåndet oplades

Rød indikator	Langsomt blink	Armbåndet oplades
Rød indikator	Konstant lys	Armbåndet er fuldt opladet

Lavt batteri

Rød indikator	Langsomt blink	Lavt batteri – armbåndet bør oplades snarest

04 · Opsætning af appen

Opsætning af appen

Appen **AnyTracking** bruges til opsætning og betjening af GPS armbåndet.

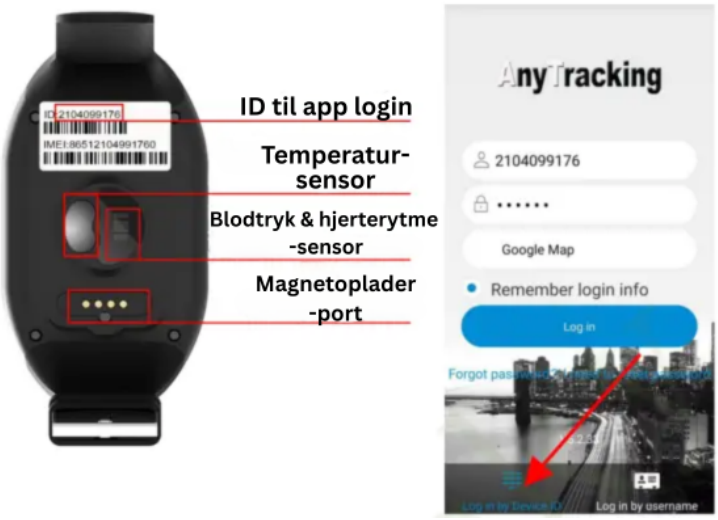
OBS: Armbåndet skal oplades, inden du går videre med opsætningen. Vi anbefaler, at armbåndet oplades i mindst **5 timer** første gang.

1. **Download AnyTracking**
   Hent appen gratis i **App Store** eller **Google Play** ved at søge efter **AnyTracking**. Du kan også scanne QR-koden nedenfor for at gå direkte til download af appen.

2. **Vælg login med Device ID**
   Åbn AnyTracking, og vælg login via **Device ID**.
3. **Indtast armbåndets ID-nummer**
   Indtast det **10-cifrede ID-nummer**, som findes på etiketten på bagsiden af armbåndet.
4. **Indtast adgangskoden**

Standardadgangskoden er **123456**.

5. **Vælg kort og log ind**
   Vælg **Google Maps** under adgangskodefeltet, og tryk derefter på **Log In**. Appen er nu klar til brug.



Vigtigt om lokationstilladelse

Første gang du åbner **Real time tracking**, skal AnyTracking have tilladelse til at bruge din smartphones lokation. Hvis du ved en fejl afviser tilladelsen, kan den efterfølgende aktiveres ved at finde **AnyTracking** under telefonens indstillinger og tillade adgang til lokation.

Vi anbefaler, at standardadgangskoden ændres efter første login. Se afsnittet **Skift adgangskode** længere nede i brugsanvisningen.

05 · Betjening af armbåndet

Betjening af armbåndet

Batteri og opladning

Armbåndet oplades med det medfølgende magnetiske opladerkabel.

1. Vend bagsiden af armbåndet opad.
2. Placer det magnetiske opladerkabel på opladerkontakterne på bagsiden af armbåndet.
3. Kablet klikker magnetisk på plads, når det vender korrekt.

Batteritiden afhænger af, hvordan armbåndet bruges, og hvilke funktioner og indstillinger der er aktiveret.

Hvad bruger mest strøm?

- **GPS-sporing:** GPS-funktionen bruger mest strøm, især hvis armbåndet ofte søger efter eller opdaterer sin lokation. Jo hyppigere GPS-positionen opdateres, desto hurtigere bruges batteriet.
- **Bevægelse og målinger:** Registrering af skridt samt måling af eksempelvis puls og blodtryk bruger også ekstra strøm.
- **Opkald og beskeder:** Opkald, talebeskeder og anden aktiv brug øger ligeledes strømforbruget.

Sådan forlænger du batteritiden

- Vælg **12 hours battery saving mode** under under **GPS-sporing i realtid**. Her opdateres GPS-lokationen kun hver 12. time.
- Brug **Power saving mode** under under **GPS-sporing i realtid**. Her er GPS-sporing slået fra og kan aktiveres, når der er behov for en lokation.
- Slå funktioner fra, som ikke bruges, for at reducere unødvendigt strømforbrug.

Generel anvendelse

Tænd armbåndet

Hold **SOS-knappen** nede i cirka 5 sekunder for at tænde armbåndet.

Bemærk: SIM-kortet skal være installeret korrekt i armbåndet, **før armbåndet tændes**.

Sluk armbåndet

Uden SIM-kort monteret kan armbåndet slukkes ved at holde **SOS-knappen** nede i cirka 10 sekunder.

Vigtigt: Af sikkerhedsmæssige årsager kan armbåndet ikke slukkes med SOS-knappen, når SIM-kortet er monteret. SIM-kortet skal derfor tages ud, før armbåndet kan slukkes fysisk med SOS-knappen.

Sådan bæres armbåndet

Spænd armbåndet omkring håndleddet, og justér remmen, så det sidder behageligt og

tilstrækkeligt tæt til huden. Armbåndet skal sidde til, for at funktioner som puls- og blodtryksmåling kan registrere korrekt.



Vandtæthed og brug i bad

Armbåndet er **IP67-klassificeret** og tåler vand ved almindelig daglig brug. Det kan derfor bæres i bad.

Vigtigt om vandtæthed

Armbåndet bør ikke være nedsænket i vand i længere tid. Sørg desuden altid for, at **SIM-kortdækslet er korrekt monteret og skruet fast**, inden armbåndet udsættes for vand.

Hvis armbåndet bliver vådt, skal det tørres grundigt af. Sørg især for, at **opladerkontakterne er helt tørre, før armbåndet tilsluttes opladeren**.

Betjening af armbåndet

06 · SOS-knap

SOS-knap

SOS-knappen bruges til hurtigt at tilkalde hjælp ved behov.

Aktivér SOS-alarmen

Hold **SOS-knappen** nede i cirka 5 sekunder. Armbåndet begynder herefter at ringe til de tre SOS-numre, der er angivet under **Indstil SOS-numre**, i den valgte rækkefølge.



Sådan foregår SOS-opkaldene

- Armbåndet ringer til de **tre SOS-numre i rækkefølge**.
- Kontaktpersonerne ringes op **én ad gangen over to omgange**.
- Hvert opkald varer cirka **20 sekunder**.
- Den foretrukne kontaktperson modtager en **SMS**, hvis opkaldet ikke bliver besvaret.

Vigtigt om telefonsvarer

Hvis et opkald fra armbåndet går på telefonsvarer, eksempelvis ved aktivering af SOS-alarmen, tæller det stadig som et aktivt opkald. Det kan vare op til **30 minutter**, hvor armbåndet tror, at opkaldet er besvaret.

I denne periode vil det ikke være muligt at ringe til armbåndet, da det teknisk set stadig er i gang med et opkald.

Vi anbefaler derfor, at pårørende, der er registreret som SOS-kontakter, slår deres telefonsvarer fra. Dette kan som regel gøres direkte på telefonen – ellers kan teleudbyderen kontaktes for hjælp til at deaktivere den.

Afvis eller afslut et opkald

SOS-knappen kan også bruges til at **afvise eller afslutte opkald**.

Betjening af armbåndet

07 · 1- og 2-knapper

1- og 2-knapper

Knapperne **1** og **2** bruges til hurtigt at ringe direkte til de første to kontaktpersoner, der er gemt i armbåndets **Telefonbog**.

Knap 1

Hold **1-knappen** nede i cirka 5 sekunder. Armbåndet ringer herefter direkte til **det første nummer i telefonbogen**.

Se afsnittet **Telefonbog** længere nede i brugsanvisningen for vejledning til opsætning af kontaktpersoner.



Knap 2

Hold **2-knappen** nede i cirka 5 sekunder. Armbåndet ringer herefter direkte til **det andet nummer i telefonbogen**.



Forskel på 1/2-knapperne og SOS-knappen

- **Knap 1** ringer til det første nummer i **Telefonbog**.
- **Knap 2** ringer til det andet nummer i **Telefonbog**.
- **SOS-knappen** ringer til alle tre numre, der er gemt under **Indstil SOS-numre**, i den valgte rækkefølge.

Betjening af armbåndet

08 · Mikrofonknap

Mikrofonknap

Den grønne **mikrofon-knap** på armbåndet bruges til at sende talebeskeder og besvare indgående opkald.

Send en talebesked

Hold den grønne **mikrofon-knap** nede, mens beskeden indtales. Slip knappen, når du er færdig, hvorefter talebeskeden automatisk sendes til **AnyTracking-appen**.



Besvar et opkald

Når der kommer et indgående opkald til armbåndet, skal du **trykke én gang på den grønne mikrofon-knap** for at besvare opkaldet.

Aflyt talebeskeder

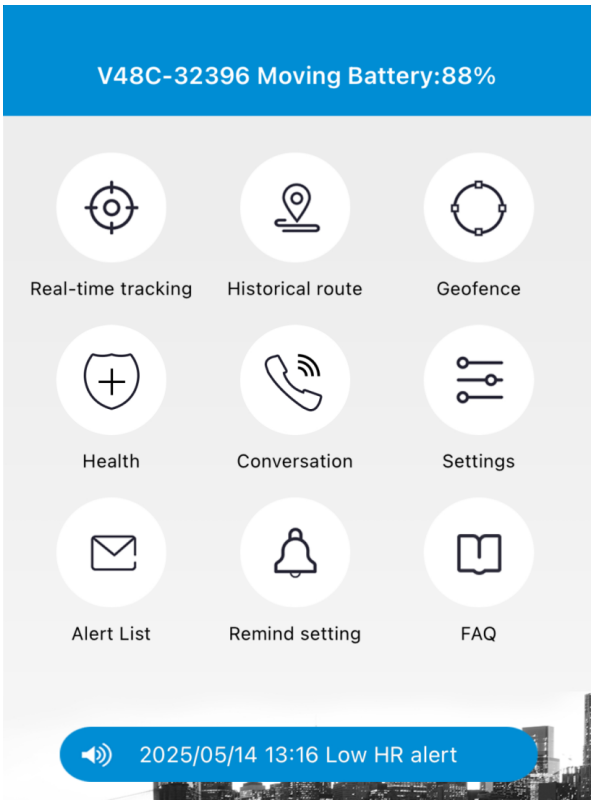
Talebeskeder fra armbåndet kan aflyttes i AnyTracking under **Conversation**. Se afsnittet **Talebeskeder** længere nede i brugsanvisningen.

09 · AnyTracking-appen

AnyTracking-appen

AnyTracking er appen, der bruges til at administrere GPS armbåndet, se dets placering og ændre indstillinger.

Appen er på engelsk, men nedenfor gennemgår vi de vigtigste funktioner og viser, hvor de findes.



Status på armbåndet

Øverst på startsiden kan du se armbåndets aktuelle status:

- **Stationary** – armbåndet er online og står stille.
- **Moving** – armbåndet er online og registrerer bevægelse.
- **Not enabled** – armbåndet har ikke forbindelse til mobilnetværket. Kontrollér, at SIM-kortet er aktiveret, korrekt installeret, og at armbåndet er tændt.

Bemærk: Armbåndet skal være online, før indstillingerne kan ændres fra AnyTracking-appen.

Batteristatus

Øverst på startsiden kan du også se armbåndets aktuelle **batteriniveau i procent**.

Funktioner i AnyTracking

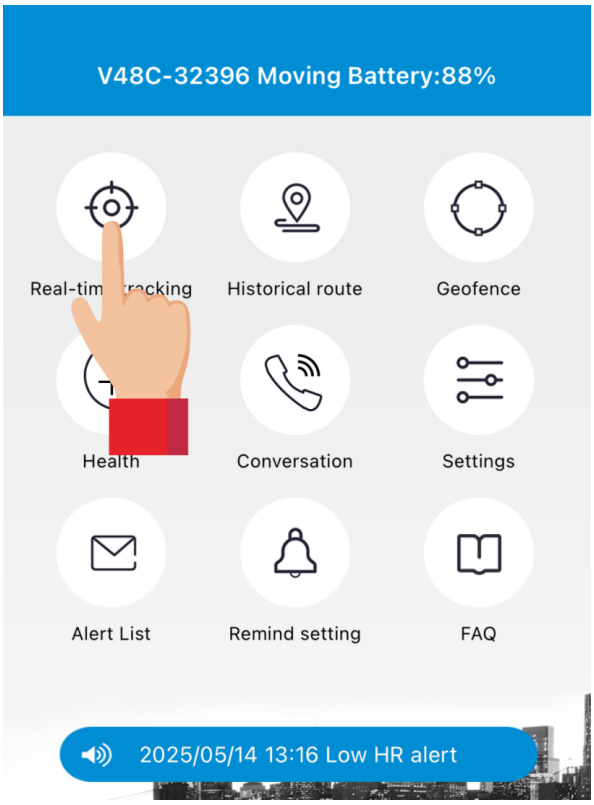
Fra hovedmenuen får du adgang til blandt andet **GPS-sporing i realtid, lokationshistorik, geofence, sundhedsmålinger, opkald og talebeskeder samt indstillinger**.

De enkelte funktioner gennemgås trin for trin i de følgende afsnit.

10 · GPS-sporing i realtid

GPS-sporing i realtid

Under **Real-time tracking** i AnyTracking kan du se armbåndets senest registrerede placering på kortet.



Se armbåndets placering

På kortet kan du se armbåndets registrerede lokation og oplysninger om placeringen. Du kan desuden zoome ind og ud på kortet.

Tryk på **ikonet øverst til højre** for at opdatere placeringen eller ændre, hvor ofte armbåndet automatisk sender sin lokation til appen.



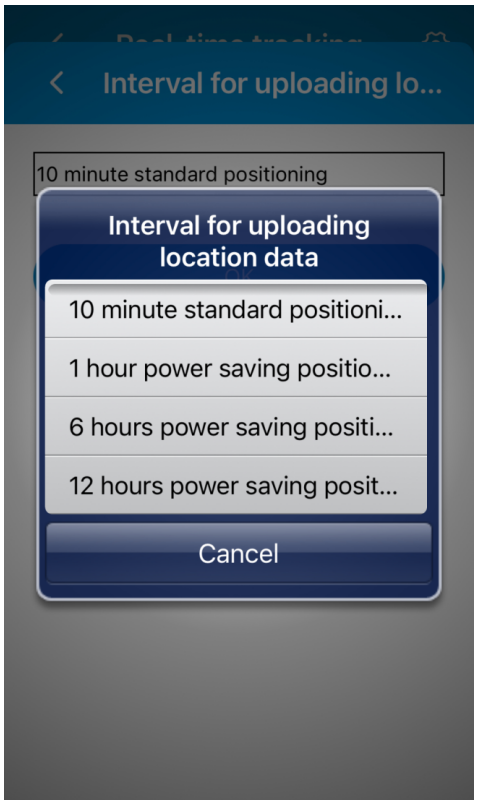
Opdateringsinterval og batteritid

Under **Interval for uploading location data** kan du vælge, hvor ofte armbåndet automatisk skal opdatere sin placering.

- **10 minute standard positioning** – opdaterer placeringen cirka hvert 10. minut og giver hyppigere positionsopdateringer, men bruger mere strøm.
- **1 hour power saving positioning** – opdaterer cirka én gang i timen og reducerer strømforbruget.
- **6 hours power saving positioning** – opdaterer cirka hver 6. time og giver længere batteritid.
- **12 hours power saving positioning** – opdaterer cirka hver 12. time og giver det laveste strømforbrug blandt de automatiske intervaller.

Vores anbefaling

Vi anbefaler som udgangspunkt **12 hours power saving positioning** for at reducere strømforbruget og sikre længere batteritid. Hvis der er behov for hyppigere automatisk sporing, kan intervallet eksempelvis ændres til **10 minutter**. Jo hyppigere placeringen opdateres, desto mere strøm bruger armbåndet.



Hvis placeringen er upræcis

Armbåndet kan finde sin placering via **GPS** samt ved hjælp af **WiFi-netværk og mobilmaster (LBS)**. GPS giver normalt den mest præcise placering, men fungerer bedst udendørs med frit udsyn til himlen.

Hvis GPS-signalet er svagt, eksempelvis indendørs, kan armbåndet i stedet benytte WiFi eller LBS til at estimere placeringen. Disse positioner kan være mindre præcise.

Hvis du ikke ønsker, at WiFi- og LBS-positioner skal vises, kan de filtreres fra under **Settings → About the device** ved at aktivere **Filter WiFi** og **Filter LBS**. Når filteret er aktiveret, vises en blå markering ud for valget.

Bemærk: Hvis WiFi- og LBS-positionering filtreres fra, anvendes disse ikke som alternativ, når GPS-signalet er utilstrækkeligt. Det kan derfor betyde, at der ikke vises en ny placering, før armbåndet igen kan finde et GPS-signal.

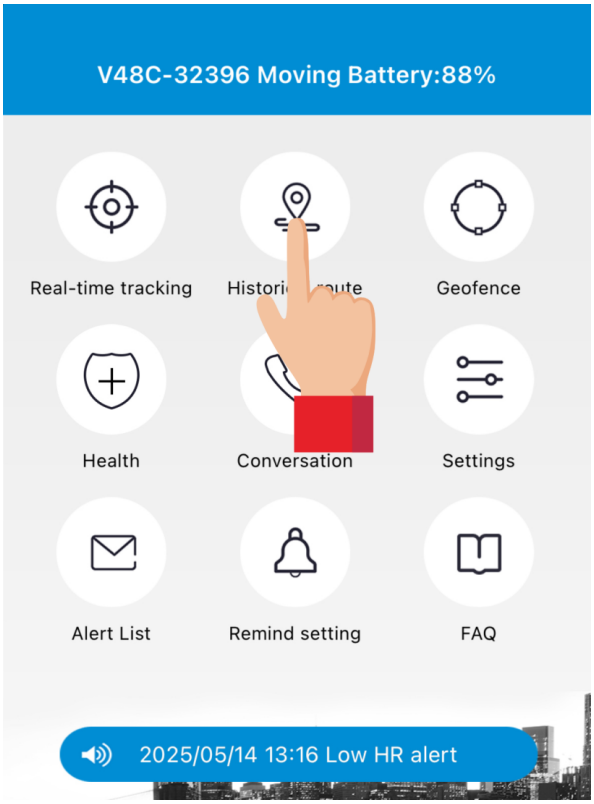
Der kan fortsat forekomme unøjagtige eller manglende positioner, hvis GPS- eller mobilsignalet i området er svagt.

AnyTracking-appen

11 · Lokationshistorik

Lokationshistorik

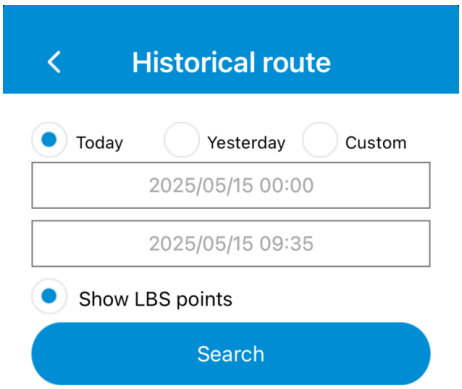
Under **Historical route** i AnyTracking kan du se armbåndets tidligere registrerede placeringer og få et overblik over, hvor brugeren har befundet sig.



Vælg periode

Du kan se lokationshistorik for en valgfri periode inden for de **seneste 90 dage**.

1. Åbn **Historical route**.
2. Vælg **Today**, **Yesterday** eller **Custom**, hvis du selv vil vælge perioden.
3. Indstil det ønskede tidsinterval.
4. Tryk på **Search** for at hente lokationshistorikken.



Vis eller skjul LBS-positioner

Under søgningen kan du vælge, om **LBS-positioner** skal medtages i lokationshistorikken via **Show LBS points**.

Bemærk: LBS-positionering er baseret på mobilmaster og er derfor normalt mindre præcis end en GPS-position.

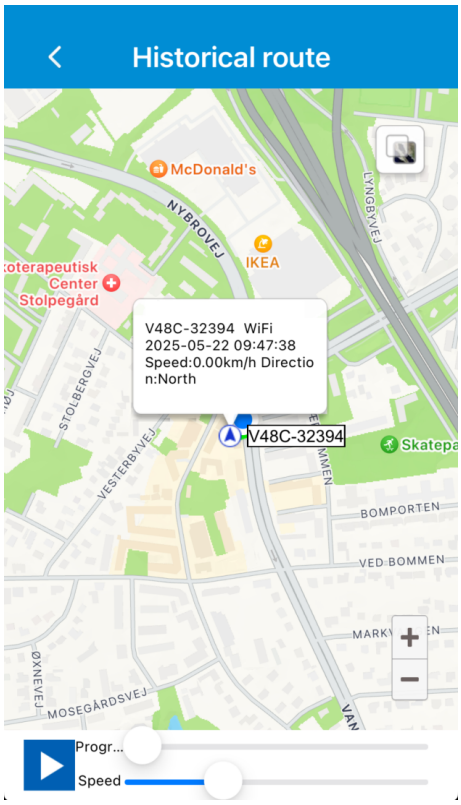
Se og afspil lokationshistorikken

Når den ønskede periode er valgt, vises de registrerede placeringer på kortet.

Du kan også afspille bevægelsen gennem perioden:

1. Tryk på **play-knappen nederst til venstre** på kortet.
2. Justér **Speed** for at vælge, hvor hurtigt lokationshistorikken skal afspilles.

Hastigheden kan med fordel øges, hvis du gennemgår lokationshistorik over en længere periode.



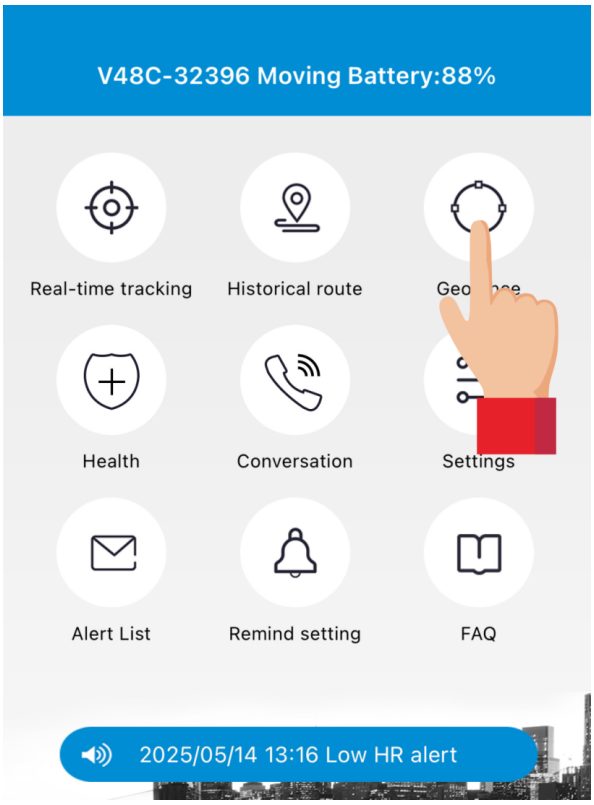
AnyTracking-appen

12 · Geofence (geografisk hegn)

Geofence (geografisk hegn)

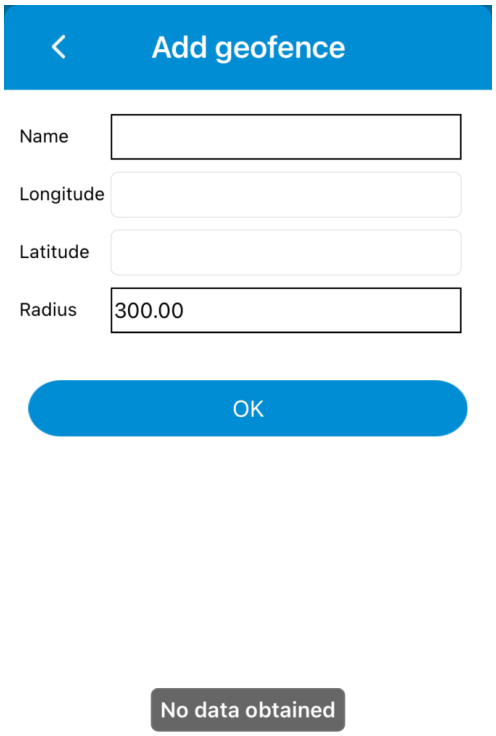
Under **Geofence** i AnyTracking kan du oprette et geografisk område omkring en bestemt placering. Appen kan herefter give en alarm, hvis armbåndet bevæger sig uden for det markerede område.

Funktionen kan eksempelvis bruges til at oprette et område omkring hjemmet eller nabolaget.

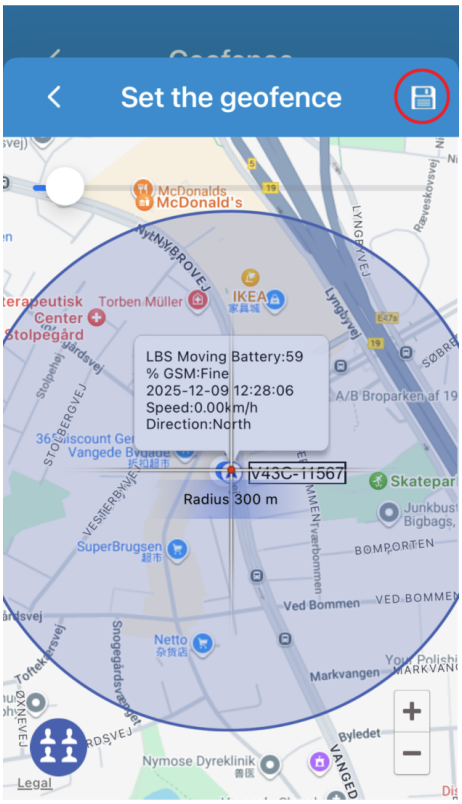


Opret et geofence

1. Tryk på **+-ikonet øverst i højre hjørne** for at oprette et nyt geofence.
2. Giv området et navn, eksempelvis **Nabolaget**.
3. Tryk på feltet **Radius** for at vælge det område, geofencet skal dække.



4. Brug to fingre til at **zoome ind eller ud på kortet**, indtil området har den ønskede størrelse.
5. Kontrollér, at det markerede område dækker den ønskede placering.
6. Tryk på **Gem-ikonet øverst i højre hjørne** for at gemme geofencet.



Vigtigt om geofence og GPS-præcision

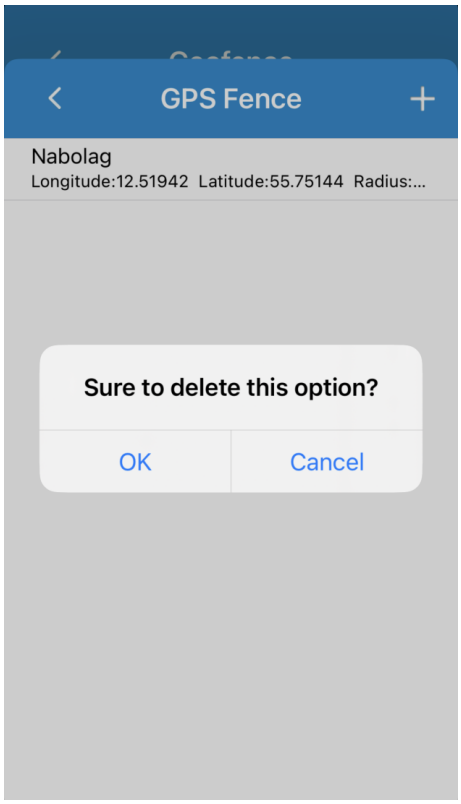
Et geofence fungerer ud fra armbåndets registrerede placering. Hvis GPS-positionen er upræcis, kan der derfor i enkelte tilfælde udløses en geofence-alarm, selvom brugeren ikke reelt har forladt området.

Dette kan især forekomme indendørs, hvor armbåndet kan benytte WiFi- eller LBS-positionering. Hvis du oplever fejlalarmer, anbefaler vi at **gøre geofence-området større**.

Slet et geofence

Hvis du ikke længere ønsker at bruge et oprettet geofence:

1. Hold fingeren nede på det geofence, du ønsker at slette.
2. Tryk på **OK** for at bekræfte sletningen.



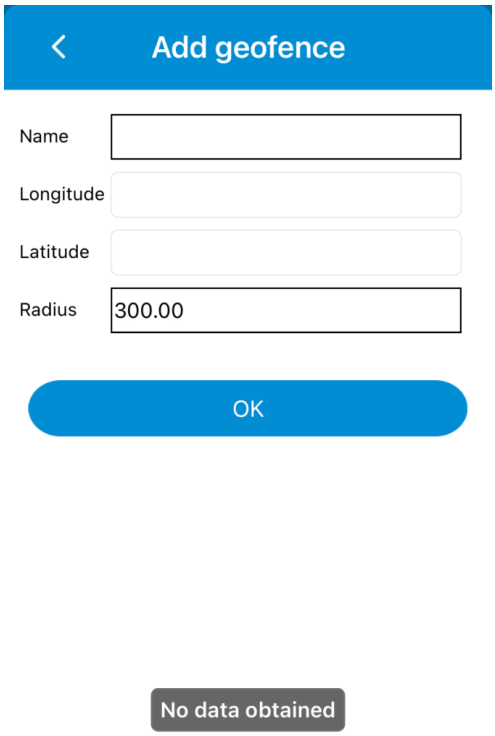
AnyTracking-appen / Geofence (geografisk hegn)

13 · Opret geofence

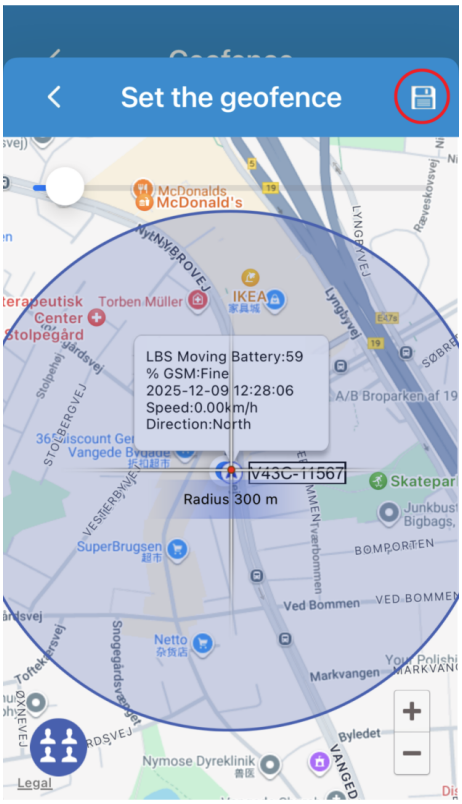
Opret geofence

Du kan oprette et nyt geofence direkte i AnyTracking. Et geofence er et geografisk område, hvor appen kan give besked, hvis armbåndet bevæger sig uden for det valgte område.

1. Tryk på **+-ikonet øverst i højre hjørne** under **Geofence** for at oprette et nyt område.
2. Indtast et navn på området, eksempelvis **Nabolaget**.
3. Tryk på feltet **Radius** for at vælge, hvor stort området skal være.



4. Brug to fingre til at **zoome ind eller ud på kortet**, indtil geofence-området har den ønskede størrelse.
5. Kontrollér, at det markerede område dækker den ønskede placering.
6. Tryk på **Gem-ikonet øverst i højre hjørne** for at gemme geofencet.

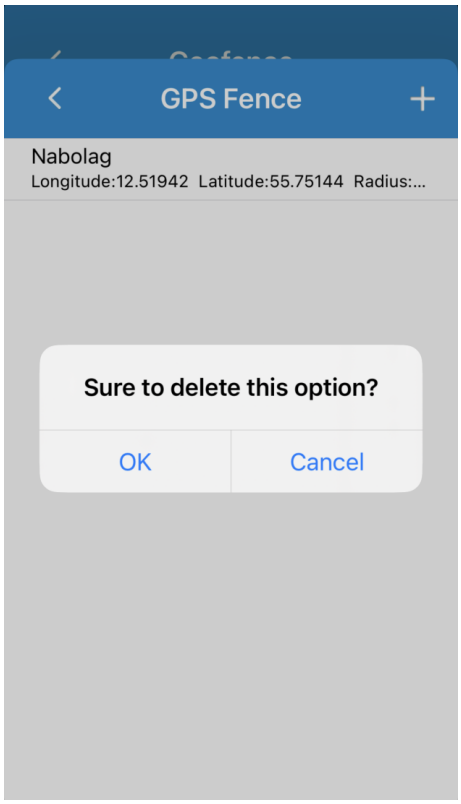


Vigtigt om størrelsen på geofencet

Undgå at gøre området for lille. Armbåndets placering kan være mindre præcis indendørs eller ved svagt GPS-signal, hvilket kan medføre geofence-alarmer, selvom brugeren ikke reelt har forladt området. Hvis dette sker, anbefaler vi at **gøre geofence-området større**.

Slet et geofence

Hvis du ikke længere ønsker at bruge et oprettet geofence, skal du holde fingeren nede på det geofence, du ønsker at slette, og derefter trykke på **OK** for at bekræfte sletningen.



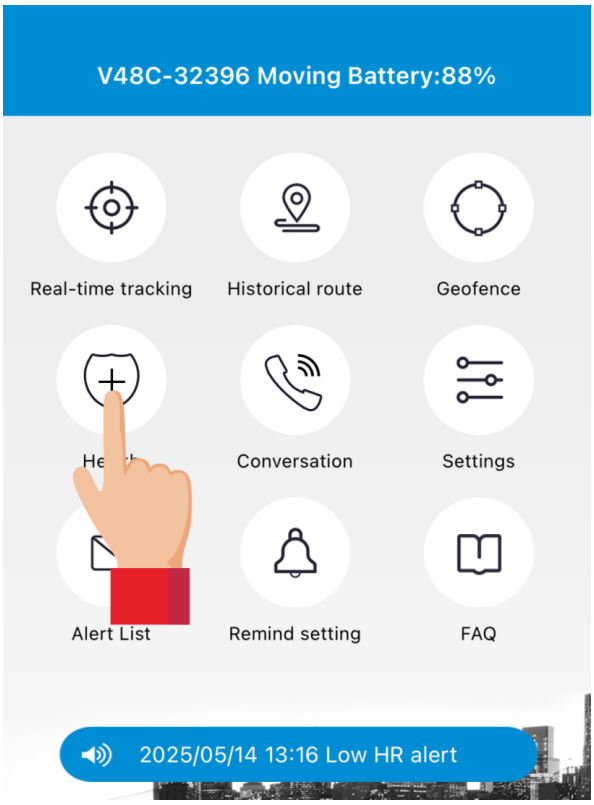
AnyTracking-appen

14 · Sundhedsmålinger

Sundhedsmålinger

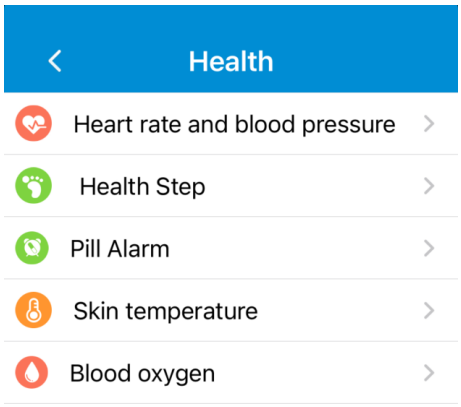
Under **Health** i AnyTracking finder du armbåndets sundheds- og aktivitetsfunktioner.

Tryk på **Health** i AnyTracking-appens hovedmenu for at åbne sundhedsmålingerne.



Under **Health** finder du følgende funktioner:

- **Puls og blodtryk** – se og foretag målinger af puls og blodtryk.
- **Skridttæller** – se antal skridt, tilbagelagt distance og estimeret kalorieforbrug.
- **Medicinpåmindelse** – opret påmindelser om eksempelvis medicin.
- **Hudtemperatur** – se og foretag målinger af hudtemperatur.
- **Iltmætning i blodet** – se målinger af blodets iltmætning.



Bemærk om sundhedsmålingerne

Armbåndets sundhedsmålinger er vejledende og bør ikke anvendes til medicinsk diagnosticering eller som erstatning for professionelt medicinsk udstyr eller sundhedsfaglig rådgivning.

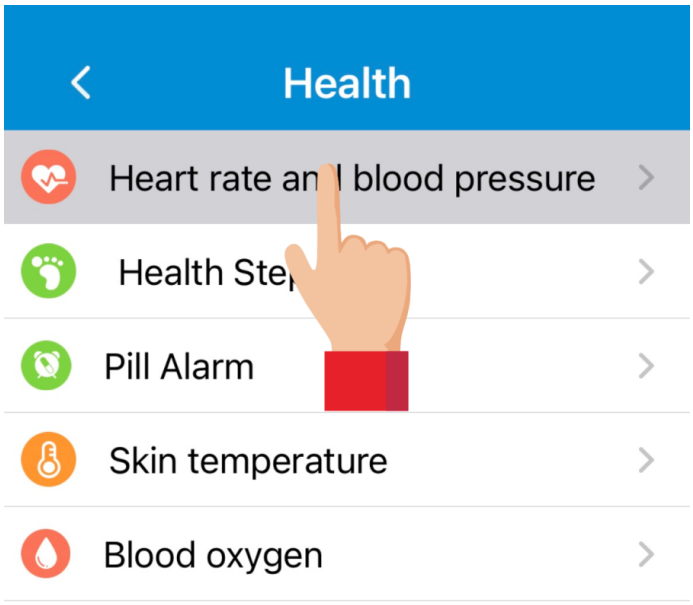
De enkelte sundhedsfunktioner gennemgås i afsnittene nedenfor.

AnyTracking-appen / Sundhedsmålinger

15 · Puls og blodtryk

Puls og blodtryk

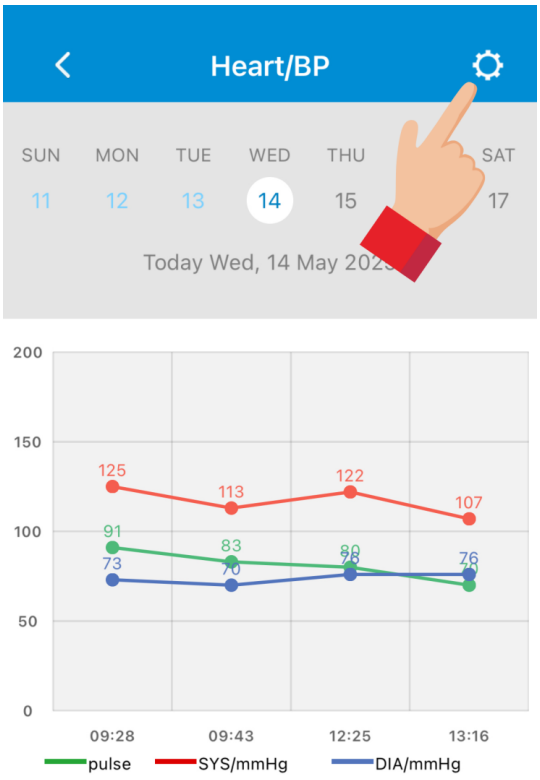
Under **Health** kan du vælge **Heart rate and blood pressure** for at se armbåndets registrerede puls- og blodtryksmålinger.



Se tidligere målinger

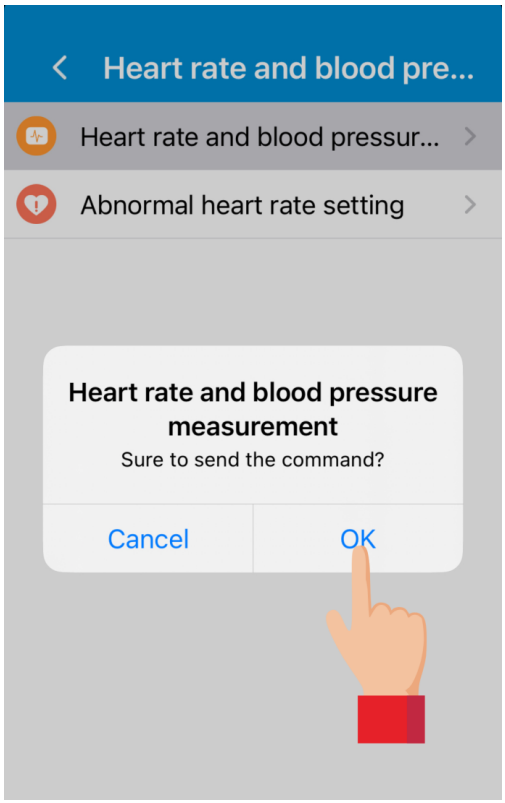
Her vises de registrerede målinger i en graf, så du kan følge udviklingen i **puls, systolisk blodtryk (SYS)** og **diastolisk blodtryk (DIA)**.

Bemærk: Første gang funktionen åbnes, kan grafen være tom, fordi der endnu ikke er registreret nogen målinger.



Start en ny måling

1. Tryk på **tandhjulsikonet øverst i højre hjørne**.
2. Vælg **Heart rate and blood pressure measurement**.
3. Tryk på **OK** for at sende kommandoen til armbåndet og starte målingen.



For at foretage en måling

Armbåndet skal være tændt og bæres korrekt på håndleddet, så sensorerne kan foretage målingen.

AnyTracking-appen / Sundhedsmålinger

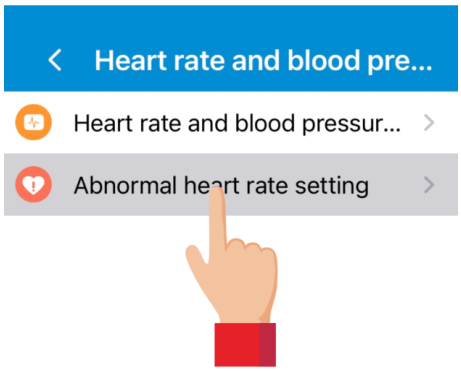
16 · Alarm ved unormal puls

Alarm ved unormal puls

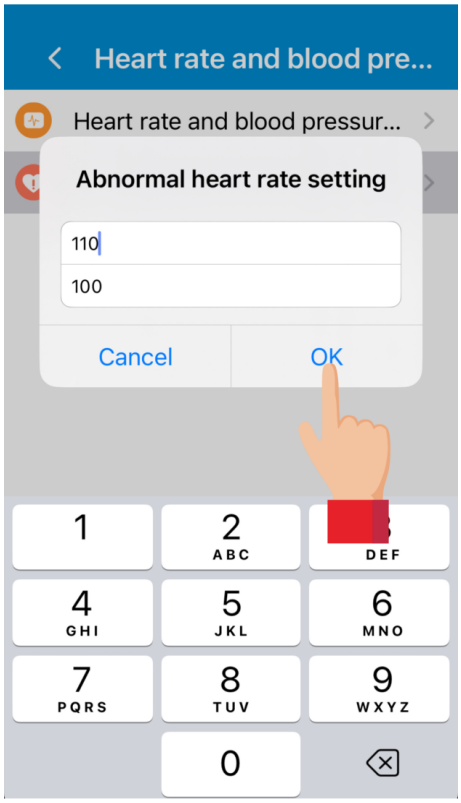
Under **Abnormal heart rate setting** kan du indstille en nedre og øvre grænse for brugerens puls. Hvis den registrerede puls kommer under eller over de valgte grænser, sender AnyTracking en notifikation.

Indstil pulsgrænser

1. Åbn **Puls og blodtryk** under **Health**.
2. Tryk på **Abnormal heart rate setting**.



3. Indtast den ønskede **øvre og nedre pulsgrænse** i de to felter.
4. Tryk på **OK** for at gemme indstillingerne.



Sådan fungerer alarmen: Når funktionen er indstillet, sender AnyTracking en notifikation, hvis armbåndet registrerer en puls, der ligger over den øvre eller under den nedre grænse.

AnyTracking-appen / Sundhedsmålinger

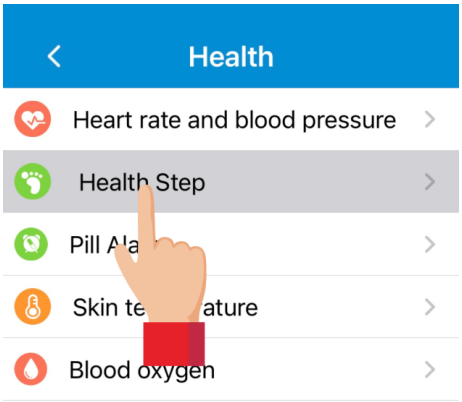
17 · Skridttæller

Skridttæller

Under **Health Step** i AnyTracking kan du se brugerens daglige antal skridt, tilbagelagte distance og estimerede kalorieforbrug.

Armbåndet har en indbygget gyroskopsensor, som registrerer brugerens skridt. Antallet af skridt opdateres automatisk cirka **hvert 10. minut** og fungerer uafhængigt af indstillingerne for armbåndets øvrige funktioner.

For at skridttælleren registrerer skridt, skal **Step switch** være aktiveret.

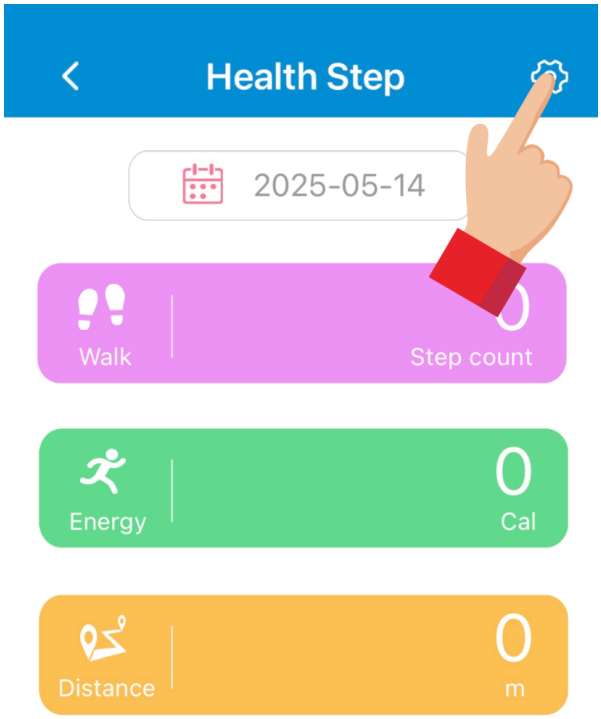


Se skridt, distance og kalorieforbrug

Under **Health Step** vises:

- **Step count** – antal registrerede skridt.

- **Distance** – estimeret tilbagelagt distance.
- **Energy** – estimeret kalorieforbrug.



Indstil skridttælleren

Tryk på **tandhjulsikonet øverst i højre hjørne** for at åbne indstillingerne for skridttælleren.

Her kan du:

- Indtaste brugerens **skridtlængde i cm**.
- Indtaste brugerens **kropsvægt i kg** for en mere præcis beregning af distance og kalorieforbrug.
- Slå skridttælleren til eller fra via **Step switch**.

Step switch

Når knappen er **grøn**, er skridttælleren aktiveret. Når knappen er **grå**, er den deaktiveret.

Skridtlængde

Som udgangspunkt kan du bruge cirka **65 cm for en voksen kvinde** og **75 cm for en voksen mand**.

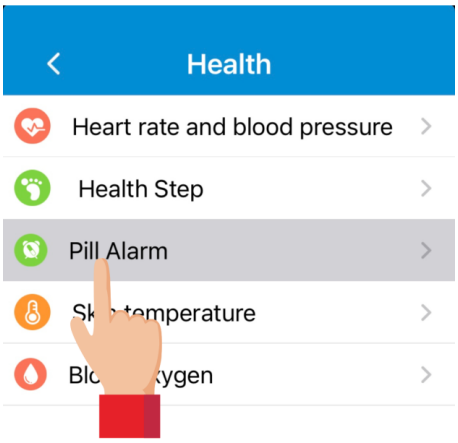
For den mest præcise beregning anbefaler vi dog, at brugerens faktiske skridtlængde måles, eksempelvis med et målebånd.

AnyTracking-appen / Sundhedsmålinger

18 · Medicinpåmindelse

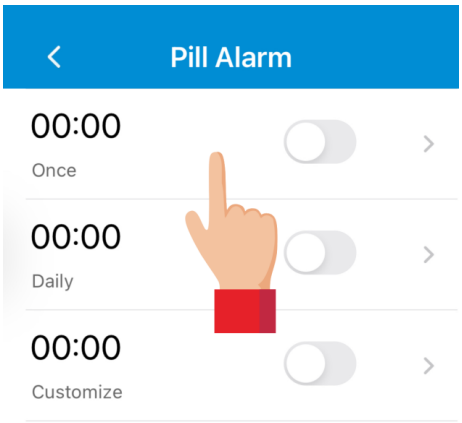
Medicinpåmindelse

Under **Health** kan du vælge **Pill Alarm** for at oprette medicinpåmindelser. Der kan indstilles op til **tre forskellige påmindelser** efter brugerens behov.

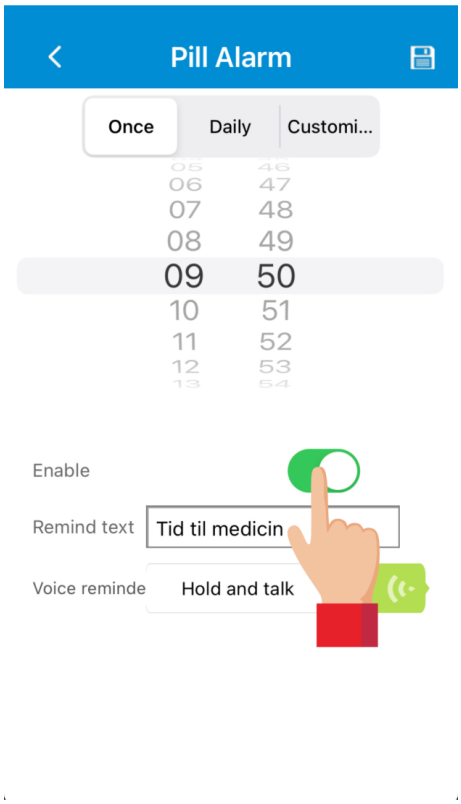


Opret en medicinpåmindelse

Under **Pill Alarm** vises de tre mulige medicinpåmindelser. Tryk på den påmindelse, du ønsker at indstille.



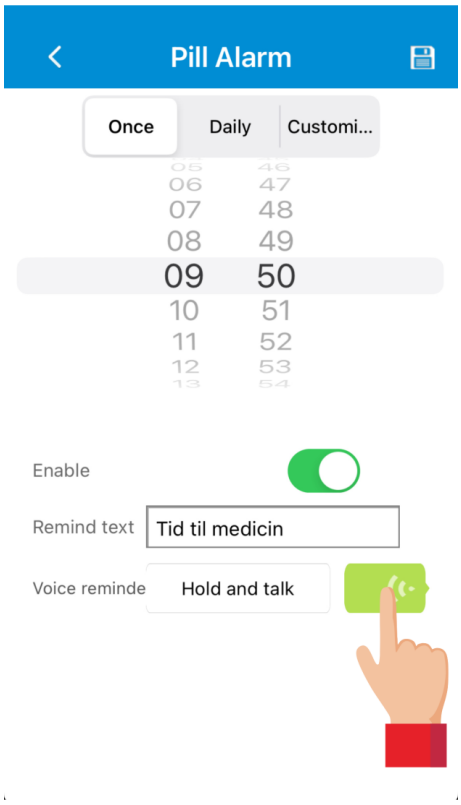
1. **Vælg tidspunkt**
   Indstil det klokkeslæt, hvor påmindelsen skal aktiveres.
2. **Vælg gentagelse**
   Vælg den ønskede indstilling øverst, eksempelvis **Once** (én gang), **Daily** (dagligt) eller den tilpassede indstilling.
3. **Aktivér påmindelsen**
   Slå **Enable** til. Påmindelsen er aktiveret, når knappen er grøn.

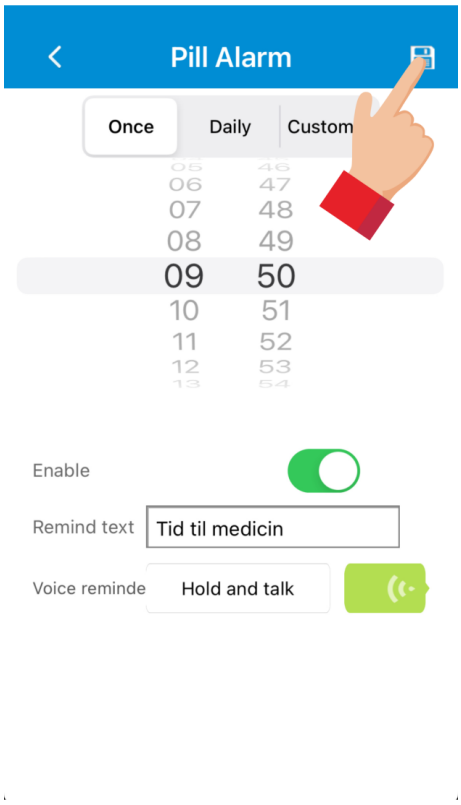


Tilføj tekst og personlig talebesked

Du kan tilføje både en tekst og en personlig indtalt besked til medicinpåmindelsen.

1. Indtast den ønskede tekst i feltet **Remind text**, eksempelvis **“Tid til medicin”**.
2. Hold den **lysegrønne mikrofonknap** nede, mens du indtaler den besked, der skal afspilles, når påmindelsen aktiveres.



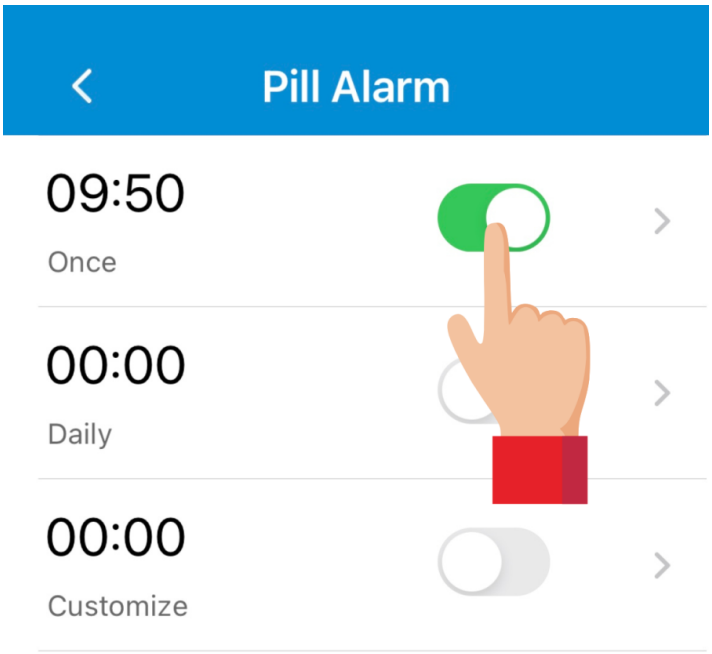


Gem påmindelsen

Tryk på **Gem-ikonet øverst i højre hjørne** for at gemme og aktivere medicinpåmindelsen.

Når tidspunktet nås, afspiller armbåndet den indtalte besked som påmindelse om at tage

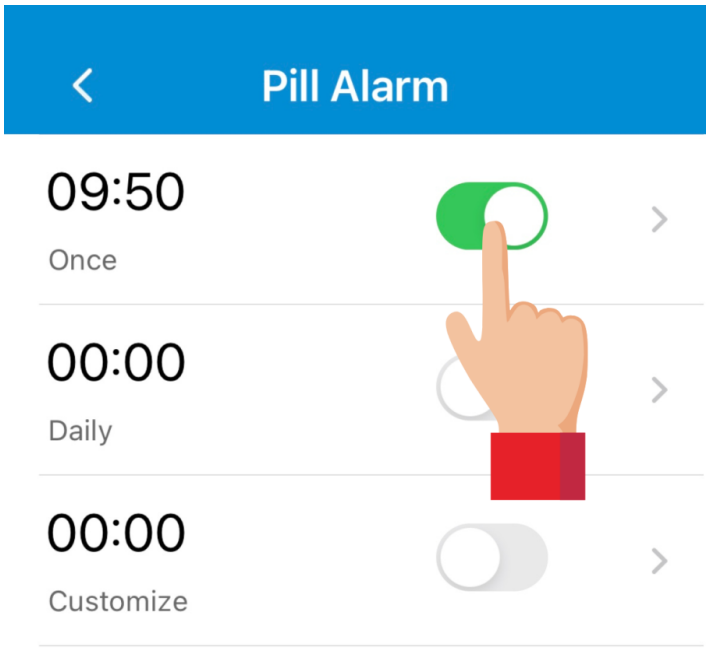
medicinen.



Slå en påmindelse til eller fra

Når medicinpåmindelserne er oprettet, kan de hurtigt aktiveres eller deaktiveres direkte fra oversigten.

Tryk på knappen ud for den ønskede påmindelse. **Når knappen er grøn, er påmindelsen aktiveret.**

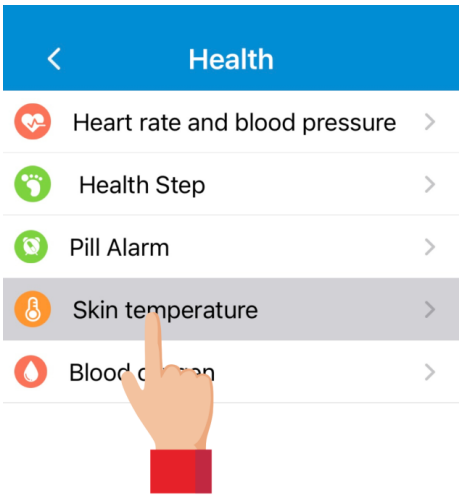


AnyTracking-appen / Sundhedsmålinger

19 · Kropstemperatur

Kropstemperatur

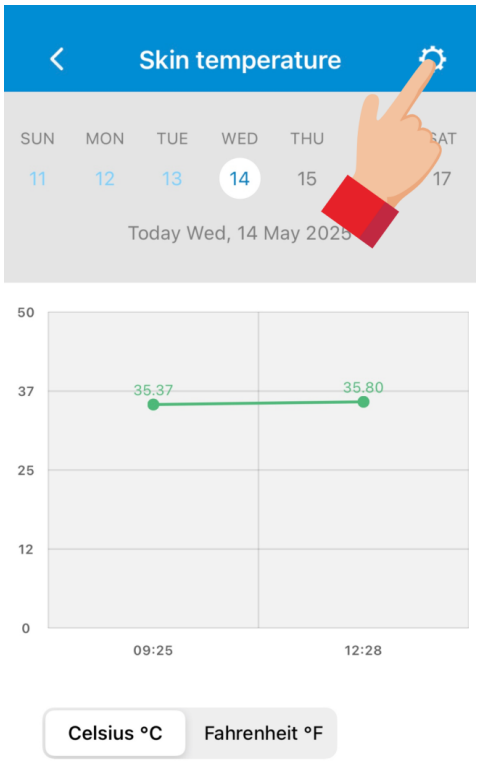
Under **Health** kan du vælge **Skin temperature** for at se armbåndets registrerede målinger af brugerens kropstemperatur over tid.



Se tidligere temperaturmålinger

De registrerede temperaturmålinger vises i en graf, så du kan følge udviklingen over tid.

Tryk på **tandhjulsikonet øverst i højre hjørne** for at starte en ny måling eller indstille automatiske temperaturmålinger.

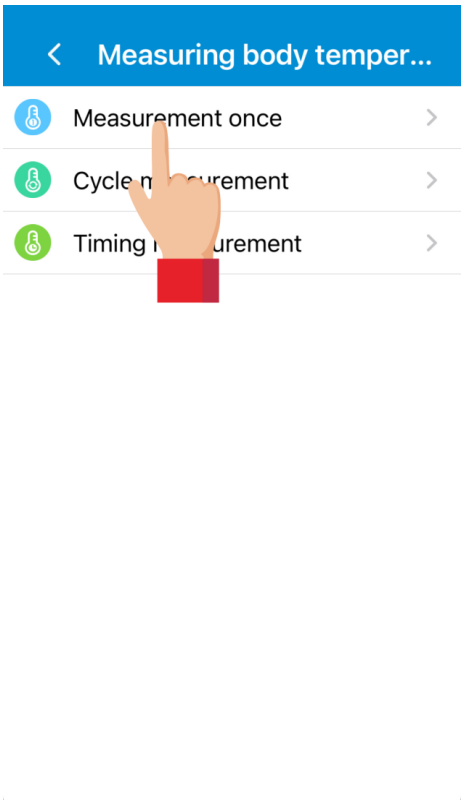


Bemærk: Første gang funktionen åbnes, kan grafen være tom, fordi der endnu ikke er registreret temperaturmålinger.

Vælg måletilstand

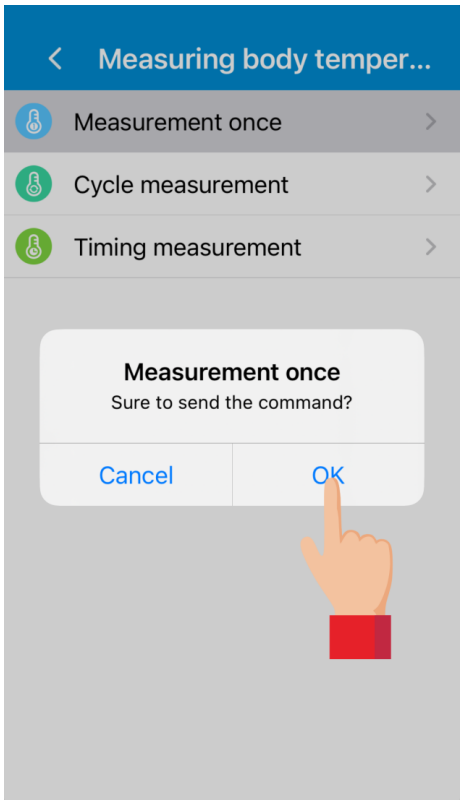
Under **Measuring body temperature** kan du vælge mellem tre forskellige måder at foretage temperaturmålinger på:

- **Measurement once** – foretag én måling med det samme.
- **Cycle measurement** – foretag målinger automatisk med et fast interval.
- **Timing measurement** – foretag målinger på bestemte tidspunkter.



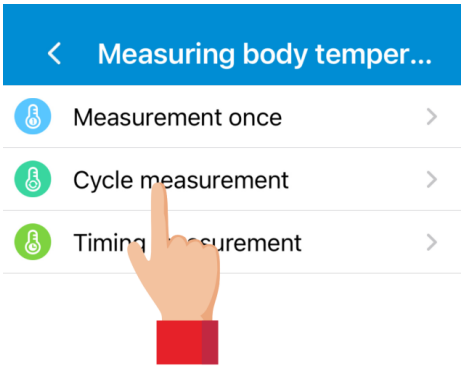
Foretag én temperaturmåling

1. Tryk på **Measurement once**.
2. Tryk på **OK** for at sende kommandoen til armbåndet og starte målingen.

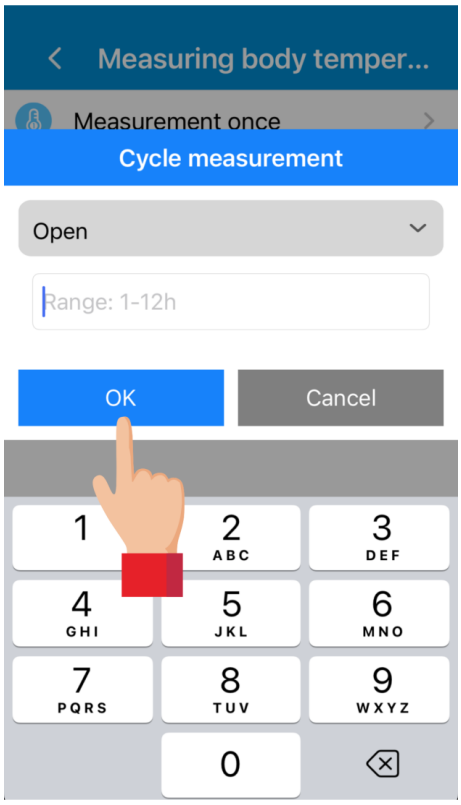


Periodisk temperaturmåling

Med **Cycle measurement** kan du indstille armbåndet til automatisk at foretage temperaturmålinger med et bestemt interval.

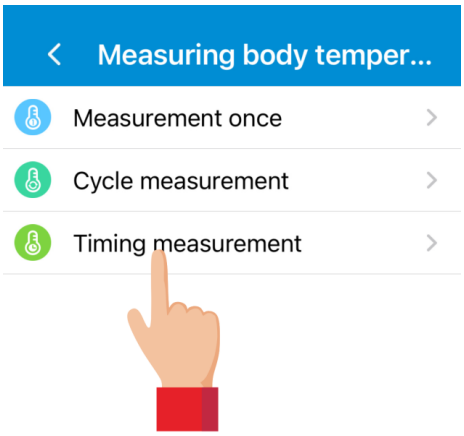


1. Vælg **Open** for at aktivere funktionen.
2. Indtast det ønskede interval mellem målingerne. Intervallet kan indstilles fra **2 til 12 timer**.
3. Tryk på **OK** for at gemme indstillingen.

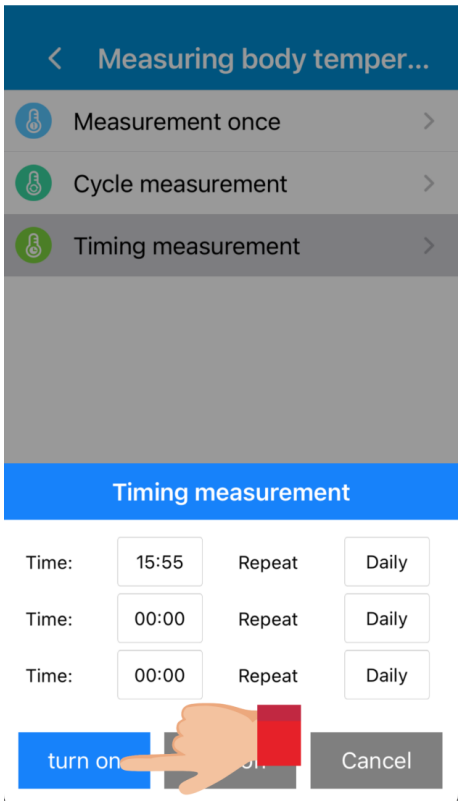


Temperaturmåling på bestemte tidspunkter

Med **Timing measurement** kan du vælge bestemte tidspunkter, hvor armbåndet automatisk skal foretage en temperaturmåling.



1. Vælg det ønskede **klokkeslæt** for målingen.
2. Vælg, om målingen skal foretages **Daily** (dagligt) eller **Once** (én gang).
3. Tryk på **Turn on** for at aktivere indstillingen.



Bemærk om temperaturmålingen

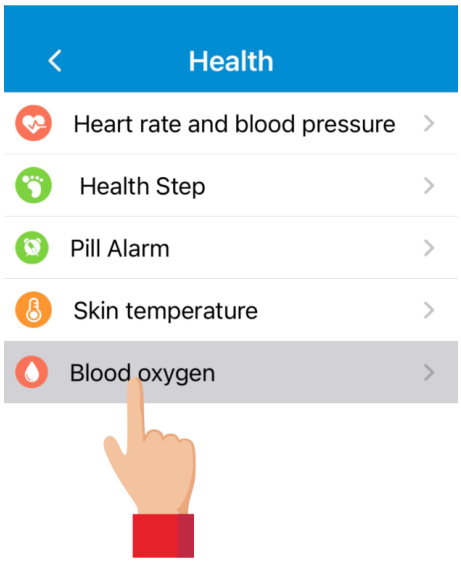
Funktionen måler kropstemperatur via armbåndet. Målingerne er vejledende og bør ikke anvendes til medicinsk diagnosticering eller som erstatning for et medicinsk termometer.

AnyTracking-appen / Sundhedsmålinger

20 · Iltmætning i blodet

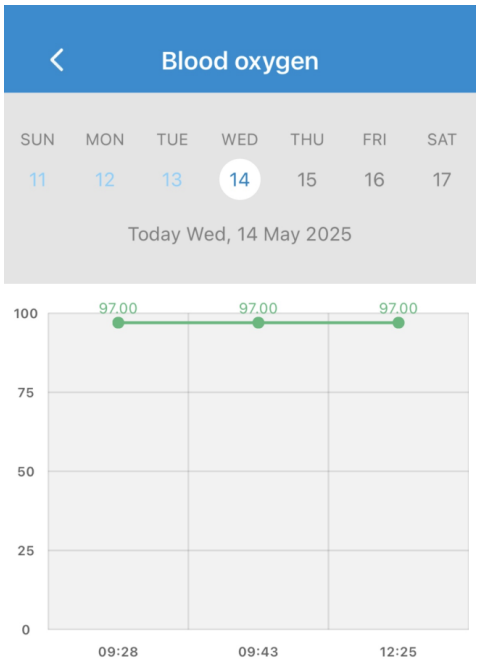
Iltmætning i blodet

Under **Health** kan du vælge **Blood oxygen** for at se armbåndets registrerede målinger af brugerens iltmætning i blodet.



Se målinger over tid

Målingerne vises i en graf og angives i **procent (%)**. Her kan du se de registrerede værdier og tidspunkterne for målingerne i løbet af dagen.



Bemærk om målingen

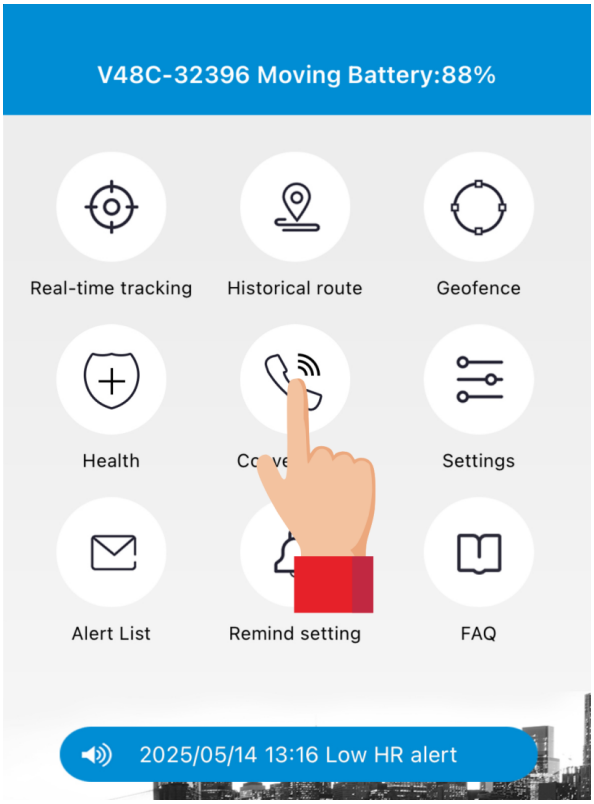
Armbåndets målinger af iltmætning er vejledende og bør ikke anvendes til medicinsk diagnosticering eller som erstatning for professionelt medicinsk udstyr eller sundhedsfaglig rådgivning.

AnyTracking-appen

21 · Opkald og talebeskeder

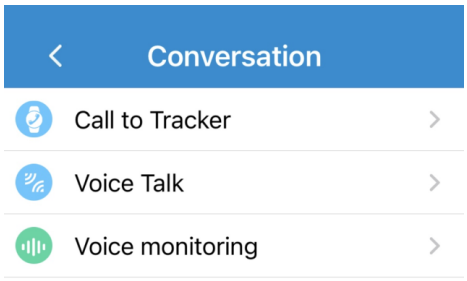
Opkald og talebeskeder

Under **Conversation** i AnyTracking kan du ringe til armbåndet samt sende og modtage talebeskeder.



Under **Conversation** finder du følgende funktioner:

- **Call to Tracker** – ring direkte fra din smartphone til armbåndet.
- **Voice Talk** – send og aflyt talebeskeder mellem AnyTracking og armbåndet.
- **Voice monitoring** – denne funktion er deaktiveret på armbåndet og kan ikke anvendes.



Vigtigt før du kan ringe til armbåndet

Armbåndets telefonnummer skal være indtastet under **Settings → About the device → Device phone number**, før funktionen **Call to Tracker** kan bruges. Se afsnittet **Om enheden** længere nede i brugsanvisningen.

De enkelte funktioner gennemgås i afsnittene nedenfor.

AnyTracking-appen / Opkald og talebeskeder

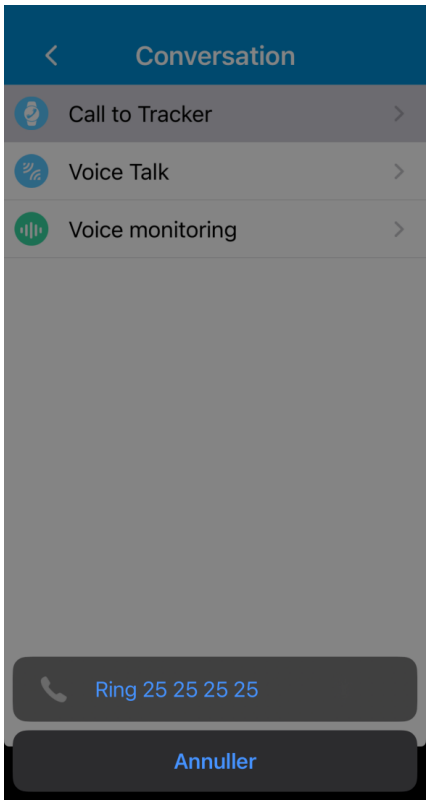
22 · Opkald til armbånd

Opkald til armbånd

Under **Conversation** kan du vælge **Call to Tracker** for at ringe direkte fra din smartphone til armbåndet og tale med brugeren.

Foretag et opkald

1. Åbn **Conversation** i AnyTracking.
2. Tryk på **Call to Tracker**.
3. Tryk på **Ring [telefonnummer]** nederst på skærmen for at starte opkaldet.



Hvis Call to Tracker ikke virker

Armbåndets telefonnummer skal være indtastet under **Settings → About the device → Device phone number**, før du kan ringe til armbåndet via denne funktion. Se afsnittet **Om enheden** længere nede i brugsanvisningen.

Vigtigt om telefonsvarer

Hvis et opkald **fra armbåndet** går på telefonsvarer, eksempelvis ved en SOS-alarm, kan armbåndet registrere opkaldet som besvaret. Det kan vare op til **30 minutter**, hvor armbåndet teknisk set stadig er i gang med opkaldet.

I denne periode kan det ikke modtage et nyt opkald. Vi anbefaler derfor, at pårørende, der er registreret som SOS-kontakter, **slår deres telefonsvarer fra**. Dette kan normalt gøres direkte på telefonen eller via teleudbyderen.

AnyTracking-appen / Opkald og talebeskeder

23 · Talebeskeder

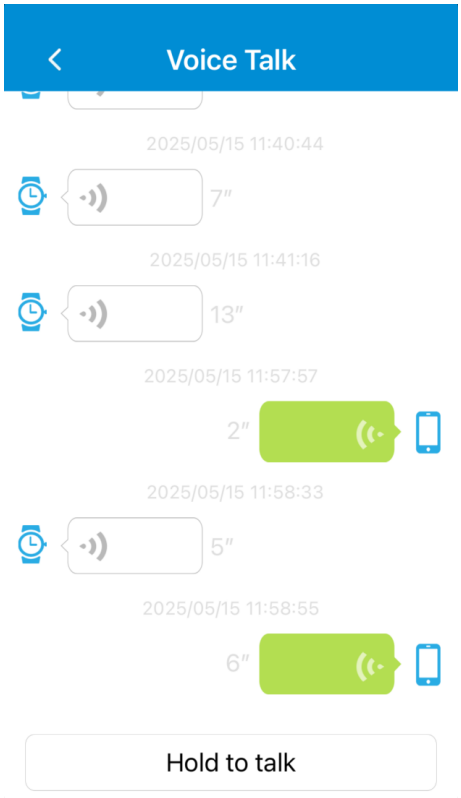
Talebeskeder

Under **Conversation** kan du vælge **Voice Talk** for at sende og modtage talebeskeder mellem AnyTracking-appen og armbåndet.

Aflyt beskeder fra armbåndet

Her kan pårørende aflytte talebeskeder, som brugeren har indtalt og sendt fra armbåndet.

Det kan eksempelvis være en besked om, hvordan brugeren har det, eller at brugeren forlader hjemmet.



Send en talebesked til armbåndet

1. Hold knappen **Hold to talk** nede, mens du indtaler beskeden.
2. Slip knappen, når du er færdig. Beskeden sendes herefter til armbåndet.
3. Armbåndet afspiller en kort melodi, når beskeden er modtaget.
4. Brugeren kan aflytte den modtagne besked ved at **trykke to gange på den grønne mikrofonknap**.



AnyTracking-appen / Opkald og talebeskeder

24 · Lydovervågning

Lydovervågning (deaktiveret)

Funktionen **Voice monitoring** vises under **Conversation** i AnyTracking, men er deaktiveret på dette GPS armbånd og kan derfor ikke anvendes.

Bemærk: Dette er ikke en fejl i appen eller armbåndet. Funktionen understøttes ikke på denne model.

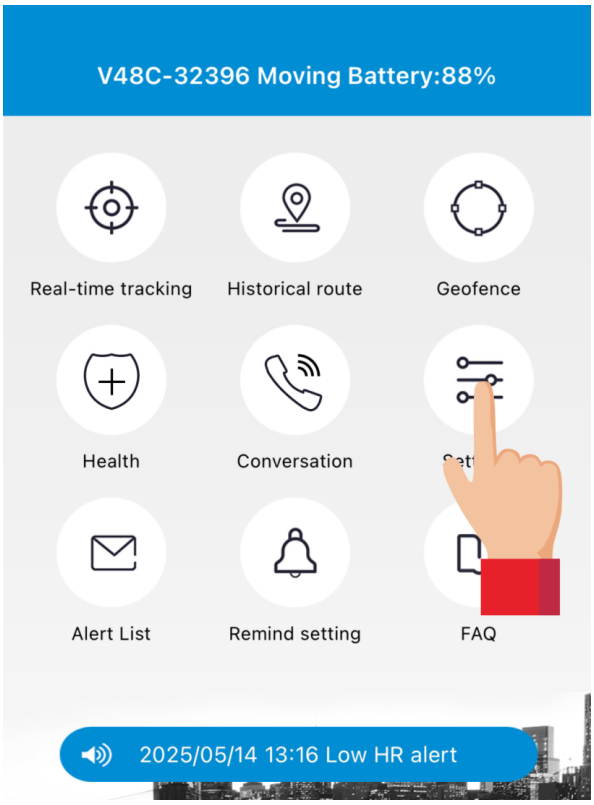
AnyTracking-appen

25 · Indstillinger

Indstillinger

Under **Settings** i AnyTracking finder du de fleste indstillinger og funktioner til GPS-armbåndet.

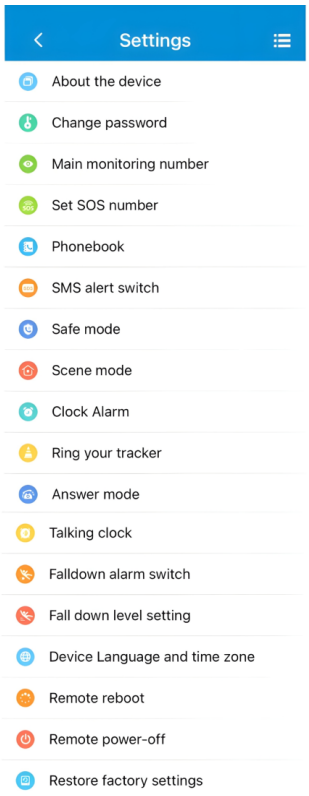
Armbåndet skal være **online**, før indstillingerne kan ændres fra appen.



Hvad kan indstilles?

Under **Settings** kan du blandt andet:

- Se og redigere oplysninger om armbåndet.
- Ændre adgangskoden til AnyTracking.
- Indstille **SOS-numre** og kontaktpersoner i telefonbogen.
- Aktivere eller deaktivere forskellige funktioner og alarmer.
- Indstille vækkeur og opkaldsfunktioner.
- Aktivere og justere faldalarmen.
- Indstille sprog og tidszone.
- Genstarte eller gendanne armbåndets indstillinger.



De enkelte indstillinger gennemgås én for én i afsnittene nedenfor.

AnyTracking-appen / Indstillinger

26 · Om enheden

Om enheden

Under **About the device** kan du se oplysninger om GPS armbåndet og redigere en række grundlæggende indstillinger.

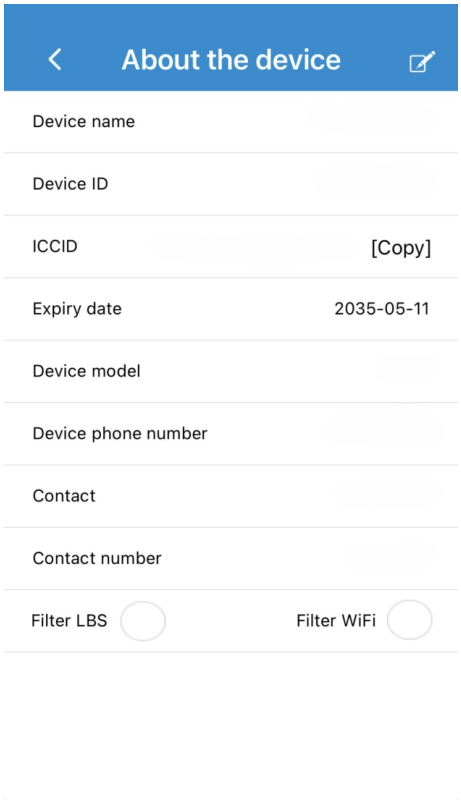
Her kan du blandt andet se armbåndets **Device ID**, SIM-kortets **ICCID**, modeloplysninger og indtaste brugerens kontaktoplysninger.

Redigér oplysninger om armbåndet

Tryk på **blyantikonet øverst i højre hjørne** for at redigere oplysningerne.

- **Device name** – giv armbåndet et navn.
- **Device phone number** – indtast telefonnummeret til det SIM-kort, der er aktiveret og installeret i armbåndet.
- **Contact** – indtast navn på bruger eller kontaktperson.
- **Contact number** – indtast kontaktpersonens telefonnummer.

Vigtigt: Telefonnummeret til SIM-kortet skal være indtastet under **Device phone number**, før funktionen **Call to Tracker** kan bruges til at ringe til armbåndet fra AnyTracking.



Filtrér WiFi- og LBS-positioner

Nederst under **About the device** finder du indstillingerne **Filter LBS** og **Filter WiFi**.

Hvis GPS-signalet er svagt, kan armbåndet bruge mobilmaster (**LBS**) eller WiFi-netværk til at estimere sin placering. Disse positioner kan være mindre præcise end GPS.

Hvis du ikke ønsker, at disse positioner skal vises, kan du aktivere:

- **Filter LBS** – filtrerer positioner baseret på mobilmaster fra.
- **Filter WiFi** – filtrerer positioner baseret på WiFi-netværk fra.

Når et filter er aktiveret, vises en **blå markering** ud for indstillingen.

Bemærk om GPS-position

GPS giver normalt den mest præcise placering og fungerer bedst **udendørs med frit udsyn til himlen**. Indendørs kan vægge, tag og andre bygningsdele forstyrre GPS-signalet.

Hvis både LBS og WiFi filtreres fra, kan der derfor være perioder, hvor der ikke vises en ny placering, før armbåndet igen får et tilstrækkeligt GPS-signal.

Gem ændringer

Husk at trykke på **Gem-ikonet øverst i højre hjørne**, når du har ændret oplysninger eller indstillinger.

AnyTracking-appen / Indstillinger

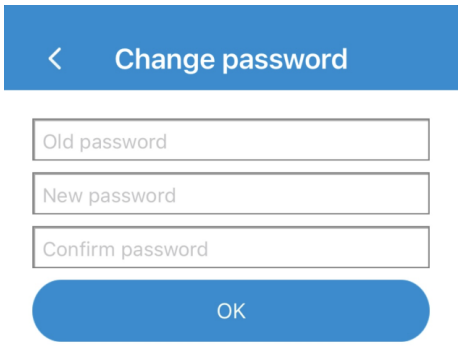
27 · Skift adgangskode

Skift adgangskode

Under **Change password** kan du ændre adgangskoden, der bruges til at logge ind på armbåndet i AnyTracking.

Sådan ændrer du adgangskoden

1. Indtast den nuværende adgangskode i feltet **Old password**.
2. Indtast den nye adgangskode i feltet **New password**.
3. Indtast den nye adgangskode igen i feltet **Confirm password**.
4. Tryk på **OK** for at gemme den nye adgangskode.



Vi anbefaler, at standardadgangskoden ændres

Armbåndet leveres med standardadgangskoden **123456**. Vi anbefaler, at den ændres efter første login.

Gem den nye adgangskode et sikkert sted. Hvis adgangskoden glemmes, kan du ellers miste adgangen til armbåndet i AnyTracking.

AnyTracking-appen / Indstillinger

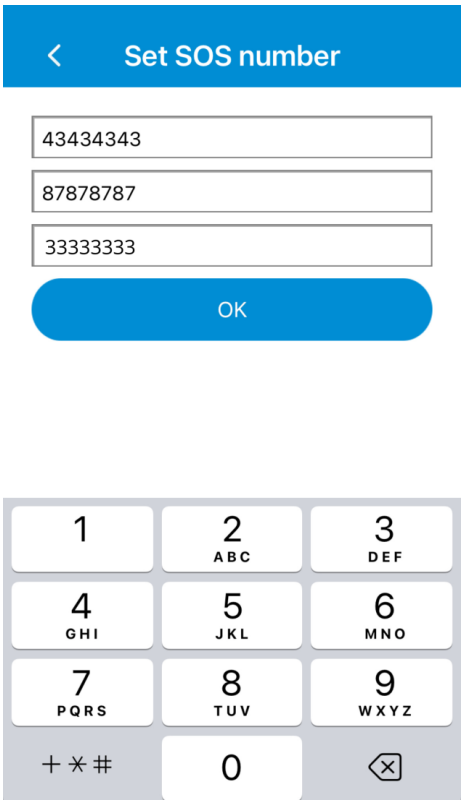
28 · Indstil SOS-numre

Indstil SOS-numre

Under **Set SOS number** kan du indtaste op til tre SOS-kontakter, som armbåndet automatisk ringer til ved aktivering af SOS-alarmen eller faldalarmen.

Tilføj SOS-kontakter

1. Åbn **Settings** i AnyTracking, og tryk på **Set SOS number**.
2. Indtast telefonnumrene på de tre ønskede SOS-kontakter.
3. Placér kontaktpersonerne i den rækkefølge, du ønsker, at armbåndet skal ringe til dem.
4. Tryk på **OK** for at gemme SOS-numrene.



Rækkefølgen er vigtig

Armbåndet ringer til SOS-kontakterne **i den rækkefølge, de er indtastet**. Indtast derfor den vigtigste kontaktperson som det første nummer.

Sådan aktiveres SOS-alarmen

Hold **SOS-knappen** på armbåndet nede i cirka 5 sekunder. Armbåndet begynder herefter automatisk at ringe til de tre SOS-numre i den valgte rækkefølge.

SOS-numrene bliver også automatisk kontaktet, hvis **faldalarmen registrerer et fald**.



Sådan foregår SOS-opkaldene

- Armbåndet ringer til kontaktpersonerne **én ad gangen**.
- Kontaktpersonerne ringes op over **to omgange**, hvis opkaldene ikke bliver besvaret.
- Hvert opkald varer cirka **20 sekunder**.
- Den primære kontaktperson modtager en **SMS**, hvis SOS-opkaldet ikke bliver besvaret.

Vigtigt om telefonsvarer

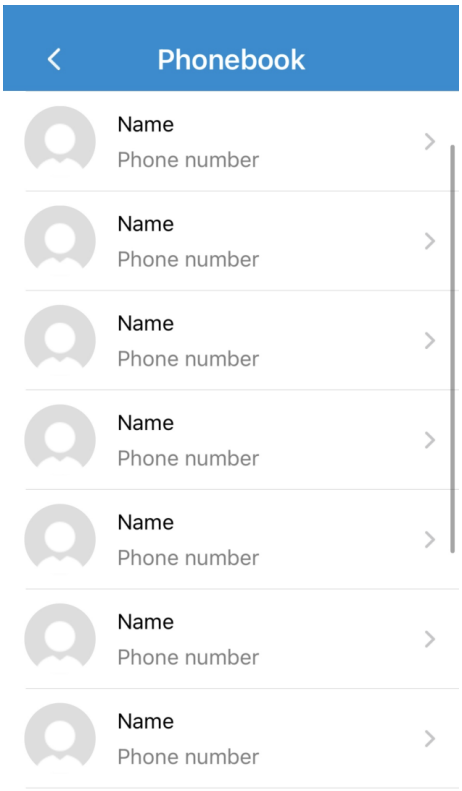
Hvis et SOS-opkald går på telefonsvarer, kan armbåndet registrere opkaldet som besvaret og derfor undlade at ringe videre til næste SOS-kontakt. Vi anbefaler derfor, at SOS-kontakterne om muligt **slår deres telefonsvarer fra**.

AnyTracking-appen / Indstillinger

29 · Telefonbog

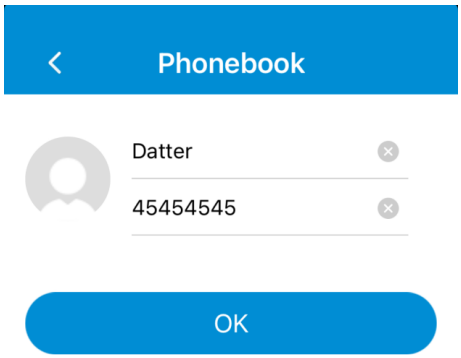
Telefonbog

Under **Phonebook** kan du gemme kontaktpersoner, som armbåndet kan ringe til, og som kan bruges sammen med funktioner som **1- og 2-knapperne**, **automatisk besvarelse** og **sikkerhedstilstand**.



Tilføj en kontaktperson

1. Tryk på et ledigt felt i **Phonebook**.
2. Indtast kontaktpersonens **navn** og **telefonnummer**.
3. Tryk på **OK** for at gemme kontaktpersonen.



De første to kontakter bruges af knap 1 og 2

- **Første kontakt** i telefonbogen kobles til armbåndets **1-knap**.
- **Anden kontakt** i telefonbogen kobles til armbåndets **2-knap**.

Telefonbog og sikkerhedstilstand

Hvis **Safe mode** aktiveres under **Sikkerhedstilstand**, er det kun telefonnumre, der er gemt i telefonbogen, som kan ringe til armbåndet.

Telefonbogen bruges også sammen med **automatisk besvarelse**. Hvis armbåndet skal besvare opkald automatisk fra et bestemt nummer, skal nummeret først være gemt i telefonbogen.

Forskel på Telefonbog og SOS-numre

- **Telefonbog** bruges blandt andet til 1- og 2-knapperne, sikkerhedstilstand og automatisk besvarelse.
- **SOS-numre** er de tre kontaktpersoner, som armbåndet automatisk ringer til ved SOS-alarm eller faldalarm.

AnyTracking-appen / Indstillinger

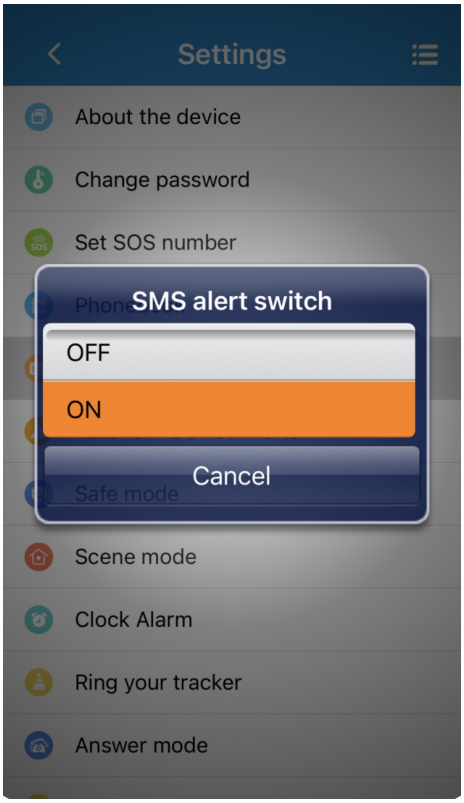
30 · SMS-advarsler

SMS-advarsler

Under **SMS alert switch** kan du vælge, om armbåndet skal sende en SMS-advarsel til den primære SOS-kontakt, hvis et SOS-opkald ikke bliver besvaret.

Slå SMS-advarsler til eller fra

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **SMS alert switch**.
3. Vælg **ON** for at aktivere SMS-advarsler eller **OFF** for at deaktivere dem.



Bemærk: SMS-advarslen sendes til den primære SOS-kontakt, hvis SOS-opkaldet ikke bliver besvaret.

AnyTracking-appen / Indstillinger

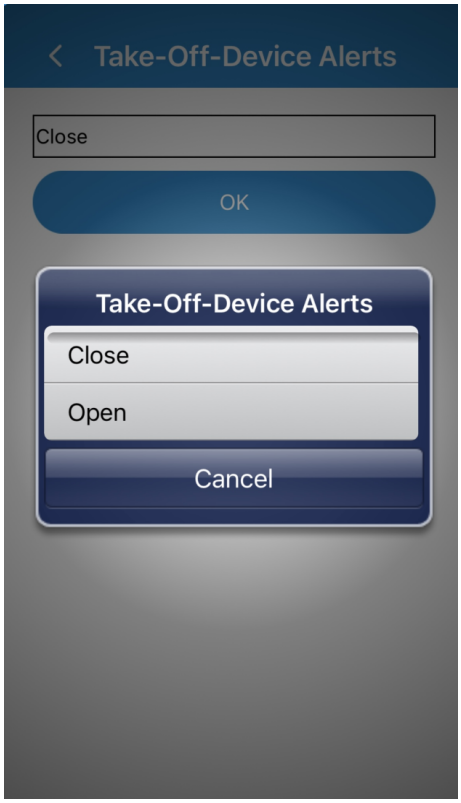
31 · Aftagningsalarm

Aftagningsalarm

Under **Take-Off-Device Alerts** kan du vælge, om armbåndet skal give alarm, hvis det registrerer, at det bliver taget af håndleddet.

Slå aftagningsalarmen til eller fra

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **Take-Off-Device Alerts**.
3. Vælg **Open** for at aktivere aftagningsalarmen eller **Close** for at deaktivere den.
4. Tryk på **OK** for at gemme indstillingen.



Bemærk: Funktionen kan være nyttig, hvis du ønsker besked, hvis brugeren tager armbåndet af.

AnyTracking-appen / Indstillinger

32 · Sikkerhedstilstand

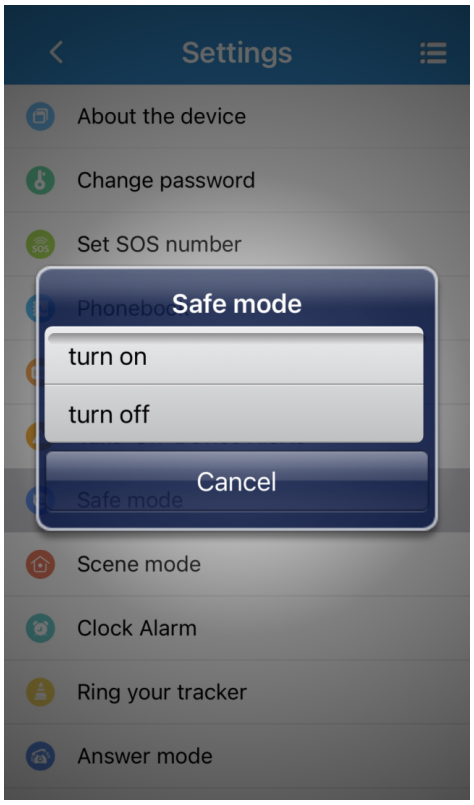
Sikkerhedstilstand

Under **Safe mode** kan du begrænse, hvilke telefonnumre der kan ringe til armbåndet.

Når sikkerhedstilstanden er aktiveret, kan **kun telefonnumre, der er gemt i armbåndets telefonbog**, ringe til armbåndet.

Slå sikkerhedstilstand til eller fra

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **Safe mode**.
3. Vælg **Turn on** for at aktivere sikkerhedstilstanden eller **Turn off** for at deaktivere den.



Vigtigt:

Inden du aktiverer sikkerhedstilstanden, skal de personer, der skal kunne ringe til armbåndet, være gemt under **Telefonbog**. Telefonnumre, der ikke er gemt i telefonbogen, kan ikke ringe til armbåndet, når Safe mode er aktiveret.

AnyTracking-appen / Indstillinger

33 · Ringetone og vibration

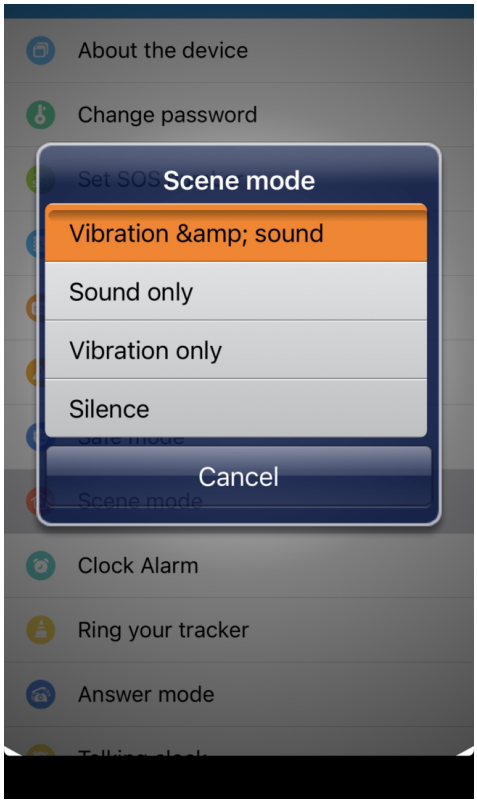
Ringetone og vibration

Under **Scene mode** kan du vælge, hvordan armbåndet skal give besked ved indgående opkald.

Vælg hvordan armbåndet reagerer ved opkald

Du kan vælge mellem følgende indstillinger:

- **Vibration & sound** – armbåndet både vibrerer og afspiller ringetone.
- **Sound only** – armbåndet afspiller kun ringetone.
- **Vibration only** – armbåndet vibrerer uden ringetone.
- **Silence** – armbåndet er lydløst og vibrerer ikke ved indgående opkald.



AnyTracking-appen / Indstillinger

34 · Vækkeur

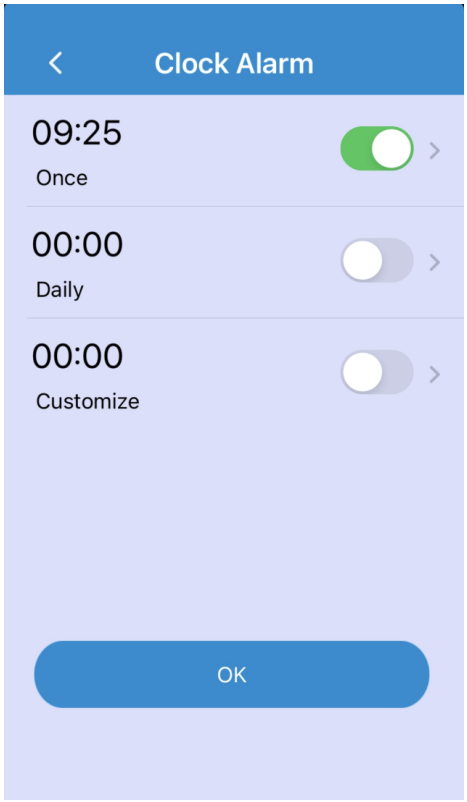
Vækkeur

Under **Clock Alarm** kan du oprette alarmer på armbåndet, eksempelvis som påmindelse om et møde, en aftale eller en anden aktivitet.

Opret en alarm

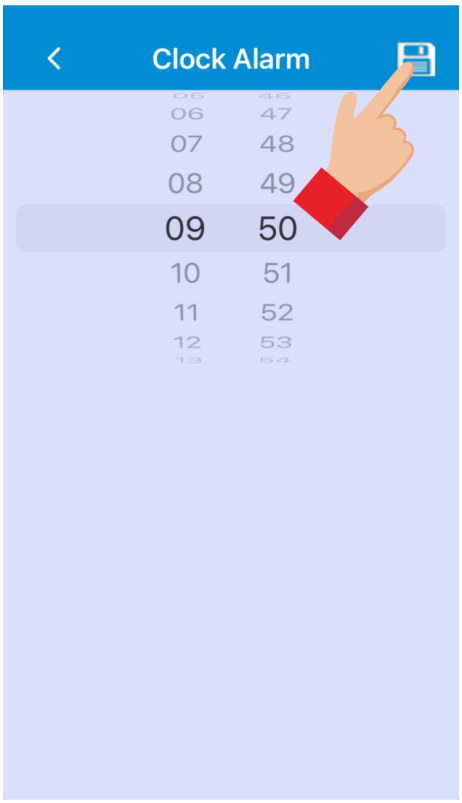
1. Åbn **Settings** i AnyTracking, og tryk på **Clock Alarm**.
2. Tryk på et af de tre alarmfelter for at indstille en alarm.
3. Vælg det ønskede **klokkeslæt**.

4. Vælg, hvordan alarmen skal gentages:
   - **Once** – alarmen aktiveres én gang.
   - **Daily** – alarmen gentages hver dag.
   - **Customize** – vælg selv, hvornår alarmen skal gentages.



Gem alarmen

Når klokkeslættet og gentagelsen er indstillet, skal du trykke på **Gem-ikonet øverst i højre hjørne** for at gemme alarmen.



Bemærk: Alarmen skal være aktiveret, før den kan udløses på armbåndet. En grøn knap ud for alarmen betyder, at den er slået til.

AnyTracking-appen / Indstillinger

35 · Find armbånd med lyd

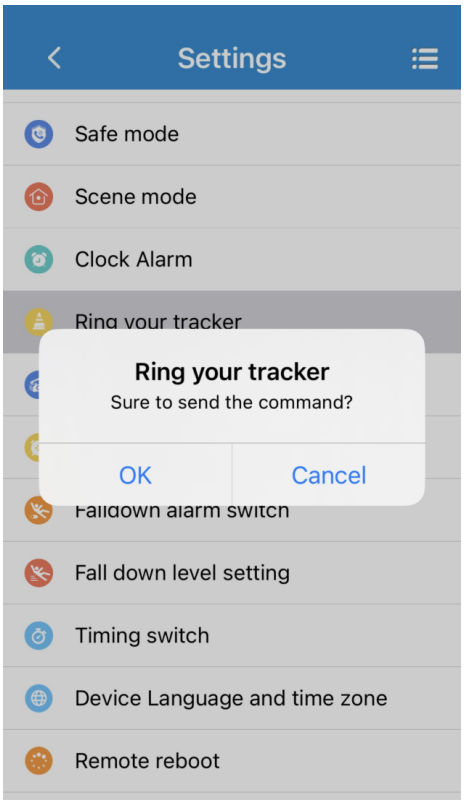
Find armbåndet med lyd

Under **Ring your tracker** kan du få armbåndet til at afspille en ringetone, så det er lettere at finde.

Funktionen kan eksempelvis bruges, hvis armbåndet er blevet lagt et sted i hjemmet og ikke kan findes.

Afspil en ringetone på armbåndet

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **Ring your tracker**.
3. Tryk på **OK** for at sende kommandoen til armbåndet.
4. Armbåndet afspiller herefter en ringetone, så det lettere kan lokaliseres.



Bemærk: Armbåndet skal være tændt og online, før kommandoen kan modtages fra AnyTracking.

AnyTracking-appen / Indstillinger

36 · Besvarelsestilstand

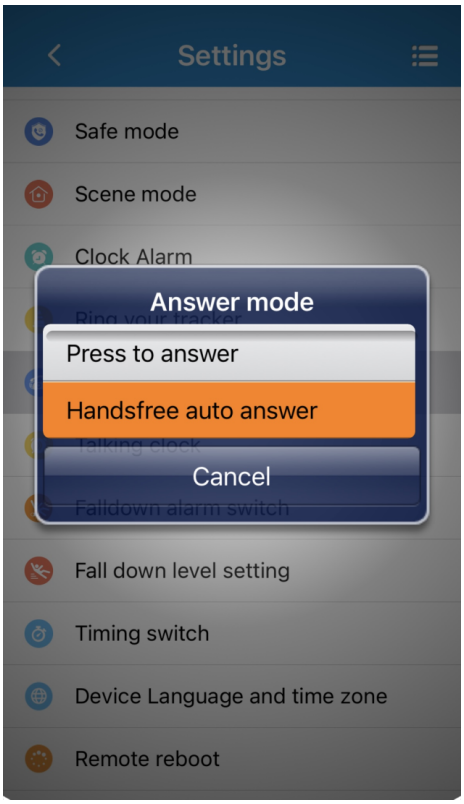
Besvarelsestilstand

Under **Answer mode** kan du vælge, hvordan armbåndet skal besvare indgående opkald.

Vælg hvordan opkald besvares

Du kan vælge mellem to indstillinger:

- **Press to answer** – brugeren skal manuelt besvare opkaldet ved at trykke på den grønne mikrofonknap på armbåndet.
- **Handsfree auto answer** – armbåndet besvarer automatisk indgående opkald fra godkendte kontaktpersoner.



Vigtigt ved automatisk besvarelse

Funktionen **Handsfree auto answer** virker kun for telefonnumre, der er gemt i **Telefonbog**. Hvis armbåndet skal besvare opkald automatisk fra et bestemt nummer, skal nummeret derfor først indtastes og gemmes i telefonbogen.

AnyTracking-appen / Indstillinger

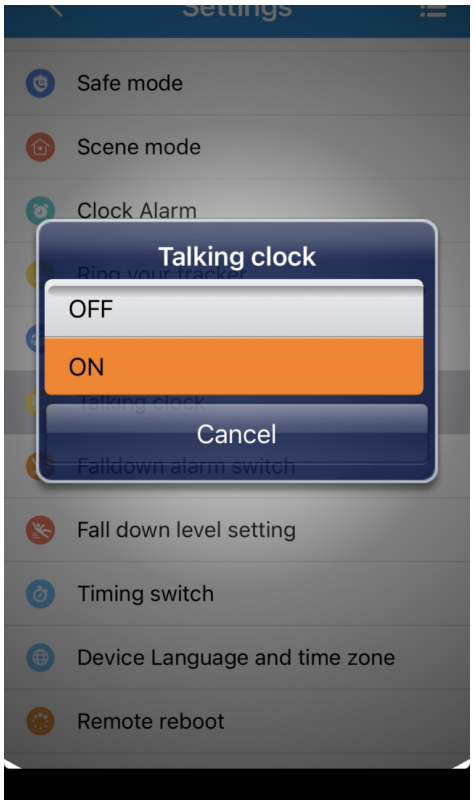
37 · Talende ur

Talende ur

Under **Talking clock** kan du aktivere eller deaktivere funktionen, der får armbåndet til at fortælle det aktuelle klokkeslæt med lyd.

Slå talende ur til eller fra

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **Talking clock**.
3. Vælg **ON** for at aktivere funktionen eller **OFF** for at deaktivere den.



Hør klokkeslættet

Når **Talking clock** er aktiveret, kan brugeren få armbåndet til at fortælle det aktuelle klokkeslæt ved et **kort tryk på SOS-knappen**.

Bemærk: SOS-alarmen aktiveres først ved et længere tryk på SOS-knappen. Et kort tryk bruges til talende ur, når funktionen er slået til.

AnyTracking-appen / Indstillinger

38 · Faldalarm

Faldalarm

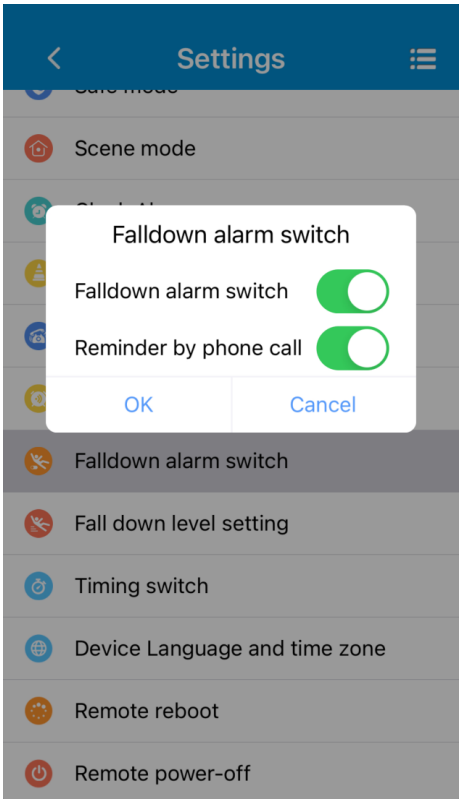
Under **Falldown alarm switch** kan du slå faldalarmen til eller fra og vælge, om armbåndet automatisk skal ringe til SOS-kontakterne, hvis et fald registreres.

Aktivér faldalarmen

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **Falldown alarm switch**.
3. Aktivér **Falldown alarm switch** for at slå faldregistreringen til.
4. Aktivér **Reminder by phone call**, hvis armbåndet automatisk skal ringe til de gemte

SOS-kontakter, når et fald registreres.

5. Tryk på **OK** for at gemme indstillingerne.



Vigtigt:

Hvis du ønsker, at armbåndet automatisk skal kontakte de pårørende ved et registreret fald, skal både **Falldown alarm switch** og **Reminder by phone call** være aktiveret.

Faldalarmens følsomhed indstilles separat under **Falldown level setting**. Se næste afsnit **Faldalarm følsomhed**.

AnyTracking-appen / Indstillinger

39 · Faldalarm følsomhed

Faldalarm følsomhed

Under **Falldown level setting** kan du indstille, hvor følsom faldalarmen skal være.

Vælg følsomhedsniveau

Faldalarmen kan indstilles fra **Level 0 til Level 6**:

- **Level 0** – mest følsom.
- **Level 1–5** – gradvist mindre følsom.

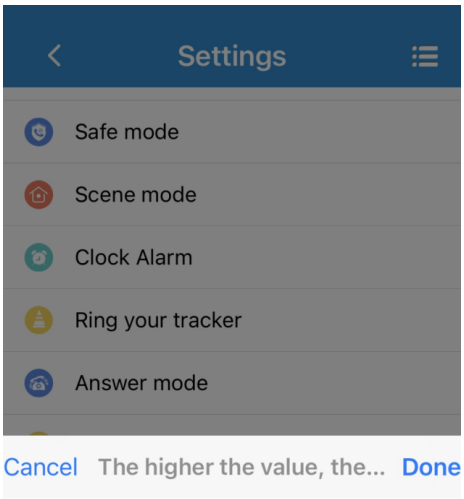
- **Level 6** – mindst følsom.

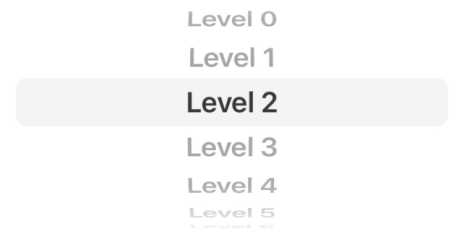
Vores anbefaling

Vi anbefaler som udgangspunkt at starte med **Level 2 eller Level 3**. Det optimale niveau afhænger dog af, hvor aktiv brugeren er, og hvordan armbåndet bæres. Test derfor faldalarmen grundigt, inden armbåndet tages i daglig brug.

Sådan ændrer du følsomheden

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **Falldown level setting**.
3. Vælg det ønskede niveau fra **Level 0 til Level 6**.
4. Tryk på **Done** for at gemme indstillingen.





Vigtigt om faldregistrering

Det er ikke muligt at opnå 100 % præcis faldregistrering uden risiko for falske alarmer. Armbåndets bevægelsessensor registrerer hurtige bevægelser og ændringer i vinkel, men kan ikke altid skelne mellem et reelt fald og eksempelvis en hurtig armbevægelse eller kraftig rystelse.

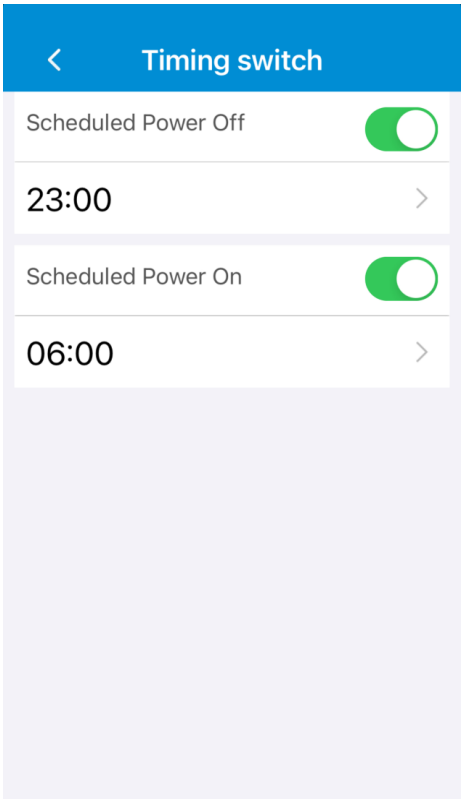
40 · Tidsindstillet tænd/sluk

Tidsindstillet tænd/sluk

Under **Timing switch** kan du indstille faste tidspunkter, hvor armbåndet automatisk skal slukke og tænde igen.

Indstil automatisk slukning og opstart

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **Timing switch**.
3. Aktivér **Scheduled Power Off**, hvis armbåndet automatisk skal slukke på et bestemt tidspunkt.
4. Tryk på klokkeslættet under **Scheduled Power Off**, og vælg det ønskede tidspunkt.
5. Aktivér **Scheduled Power On**, hvis armbåndet automatisk skal tænde igen på et bestemt tidspunkt.
6. Tryk på klokkeslættet under **Scheduled Power On**, og vælg det ønskede tidspunkt.



Vigtigt:

Når armbåndet er slukket, kan funktioner som **GPS-sporing, SOS-opkald og faldalarm ikke anvendes**. Brug derfor kun tidsindstillet slukning, hvis det passer til brugerens behov.

AnyTracking-appen / Indstillinger

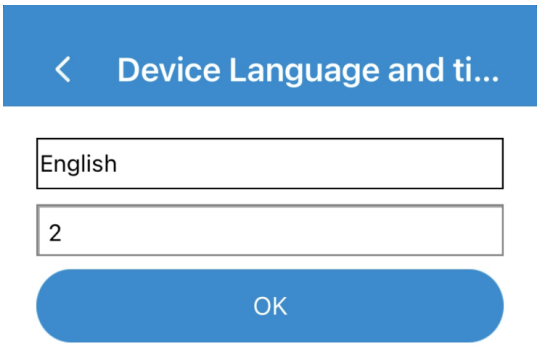
41 · Enhedssprog og tidszone

Enhedssprog og tidszone

Under **Device Language and time zone** kan du indstille armbåndets sprog og tidszone. Indstillingen bruges blandt andet i forbindelse med SMS-advarsler fra armbåndet.

Indstil sprog og tidszone

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **Device Language and time zone**.
3. Vælg **English** som sprog.
4. Indstil tidszonen til:
   - **2** i perioden med sommertid.
   - **1** i perioden med vintertid.
5. Tryk på **OK** for at gemme indstillingerne.



Bemærk: Danmark bruger tidszone **UTC+2 om sommeren** og **UTC+1 om vinteren**. Tidszonen skal derfor ændres, når der skiftes mellem sommer- og vintertid.

AnyTracking-appen / Indstillinger

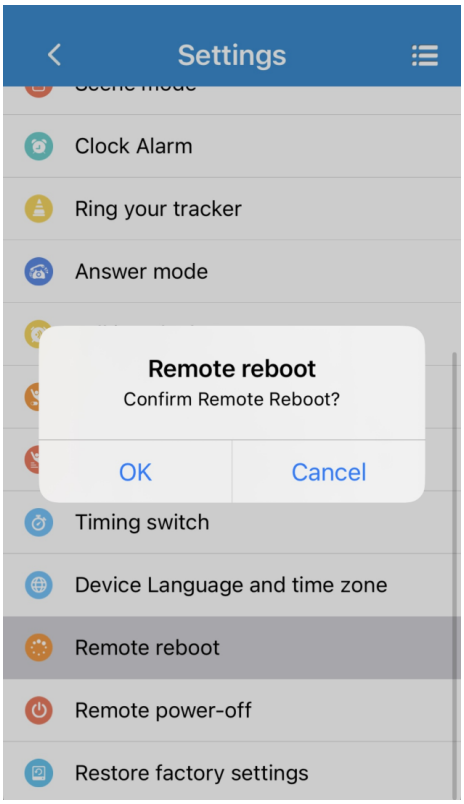
42 · Genstart på afstand

Genstart på afstand

Under **Remote reboot** kan du genstarte armbåndet direkte fra AnyTracking uden at skulle gøre noget på selve armbåndet.

Genstart armbåndet

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **Remote reboot**.
3. Tryk på **OK** for at bekræfte genstarten.
4. Armbåndet genstarter herefter automatisk.



Bemærk: Armbåndet skal være tændt og online, før kommandoen kan modtages fra AnyTracking. Efter genstart kan der gå et par minutter, før armbåndet igen har forbindelse til mobilnetværk og GPS.

AnyTracking-appen / Indstillinger

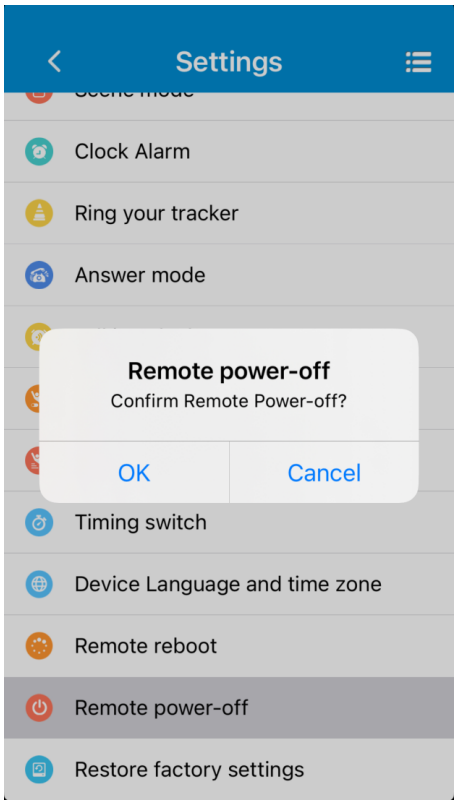
43 · Sluk på afstand

Sluk på afstand

Under **Remote power-off** kan du slukke armbåndet direkte fra AnyTracking uden at skulle betjene selve armbåndet.

Sluk armbåndet fra appen

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **Remote power-off**.
3. Tryk på **OK** for at bekræfte, at armbåndet skal slukkes.
4. Armbåndet slukker herefter automatisk.



Vigtigt:

Når armbåndet er slukket, kan funktioner som **GPS-sporing, SOS-opkald og faldalarm ikke anvendes**. Armbåndet skal efterfølgende tændes igen på selve enheden.

AnyTracking-appen / Indstillinger

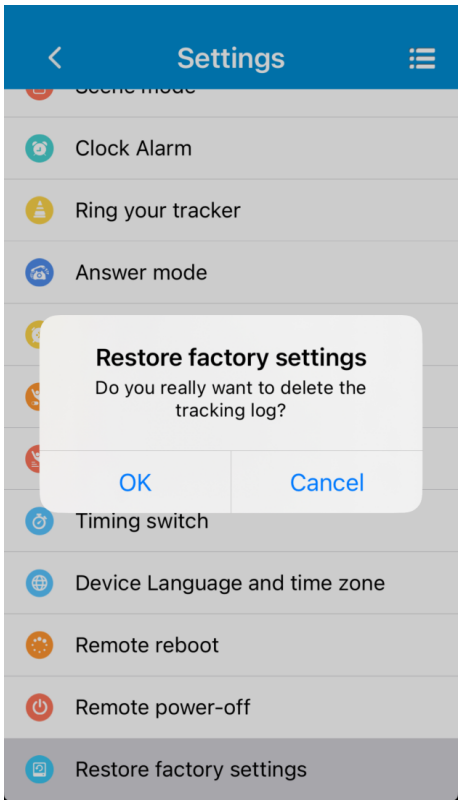
44 · Gendan fabriksindstillinger

Gendan fabriksindstillinger

Under **Restore factory settings** kan du nulstille armbåndets personlige indstillinger og data og gendanne fabriksindstillingerne.

Nulstil armbåndet

1. Åbn **Settings** i AnyTracking.
2. Tryk på **Restore factory settings**.
3. Tryk på **OK** for at bekræfte nulstillingen.



Vigtigt før du nulstiller

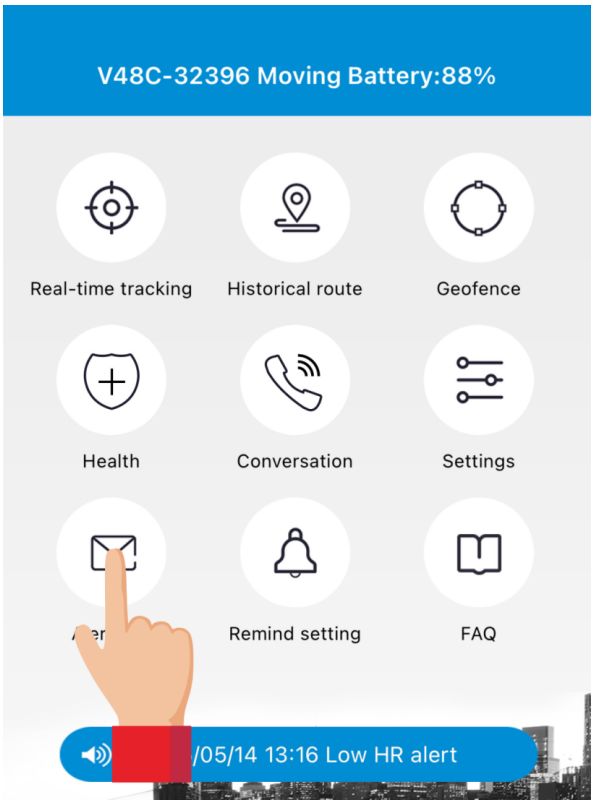
Gendannelse af fabriksindstillinger sletter personlige indstillinger og data på armbåndet. Funktionen bør derfor kun bruges, hvis du ønsker at nulstille enheden og opsætte den igen.

AnyTracking-appen

45 · Alarmhistorik

Alarmhistorik

Under **Alert List** kan du se en historik over de alarmer og advarsler, som armbåndet har registreret.

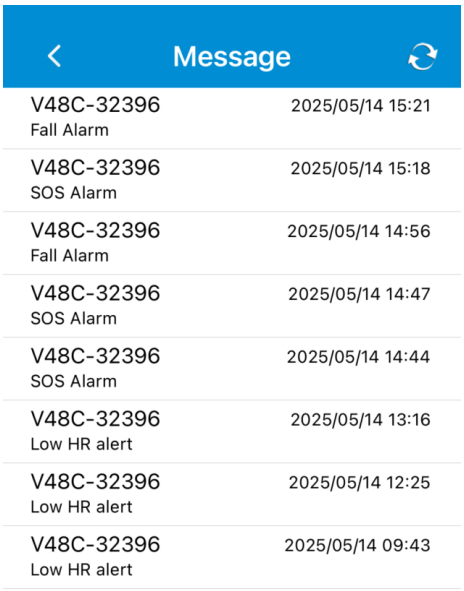


Se tidligere alarmer

I alarmhistorikken kan du se **dato og tidspunkt** for de registrerede alarmer.

Listen viser blandt andet, hvilken type alarm der er blevet udløst, eksempelvis:

- **SOS Alarm** – SOS-alarmen er blevet aktiveret.
- **Fall Alarm** – faldalarmen er blevet aktiveret.
- **Low HR alert** – der er registreret en puls under den indstillede nedre pulsgrænse.



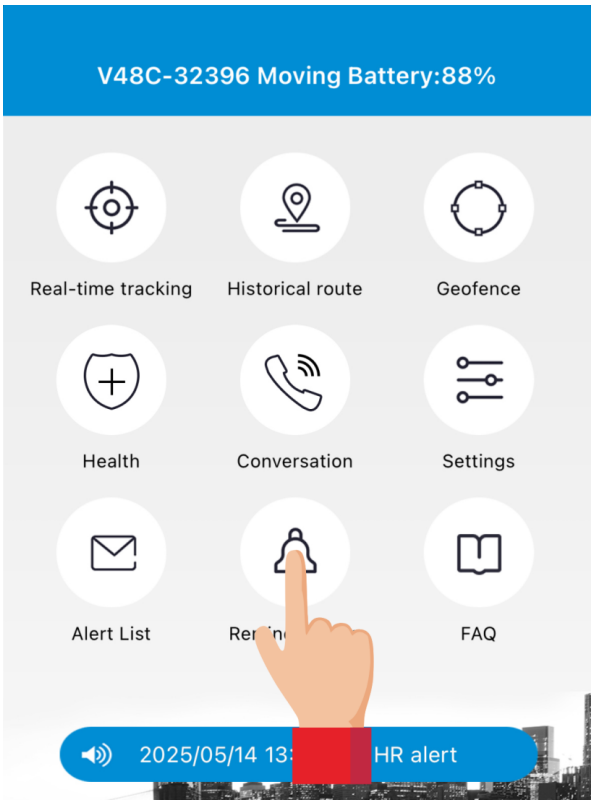
Bemærk: Alarmhistorikken kan bruges til at kontrollere, hvornår en alarm blev registreret, og hvilken type alarm der var tale om.

AnyTracking-appen

46 · Påmindelsesindstillinger

Påmindelsesindstillinger

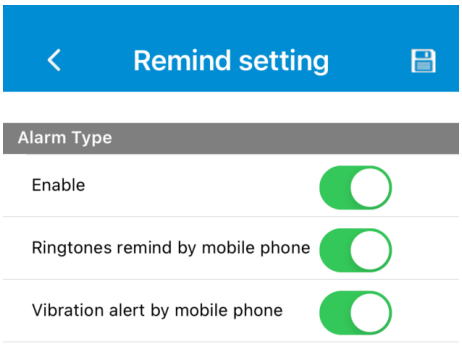
Under **Remind setting** kan du vælge, hvordan AnyTracking skal give besked ved påmindelser og alarmer.



Vælg hvordan påmindelser skal vises

Under **Remind setting** finder du følgende indstillinger:

- **Enable** – aktiverer eller deaktiverer påmindelser.
- **Ringtones remind by mobile phone** – telefonen afspiller en ringetone, når der modtages en påmindelse eller alarm.
- **Vibration alert by mobile phone** – telefonen vibrerer, når der modtages en påmindelse eller alarm.



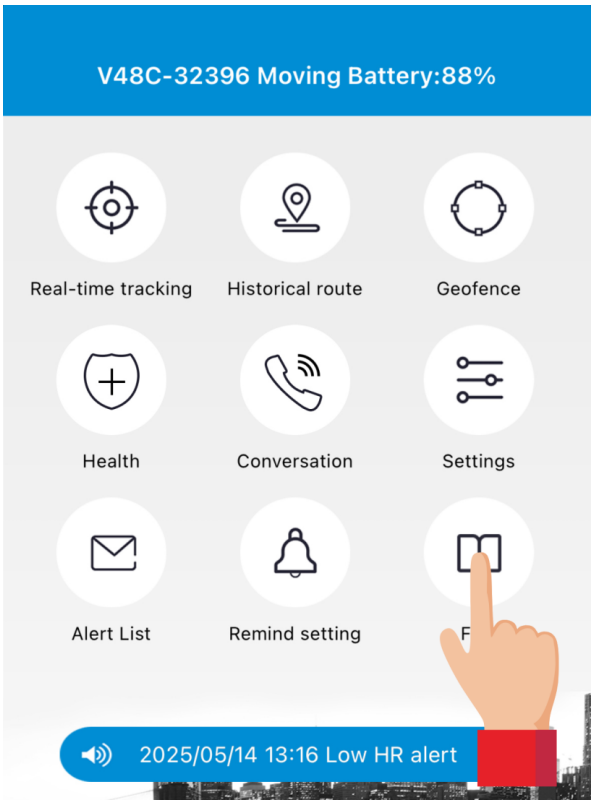
Tip: Du kan aktivere både ringetone og vibration, hvis du ønsker, at påmindelser og alarmer skal være lettere at bemærke.

AnyTracking-appen

47 · FAQ i AnyTracking

FAQ i AnyTracking

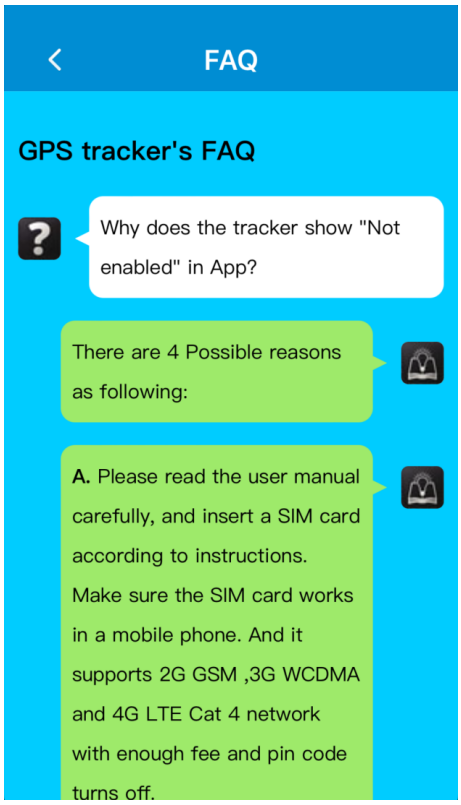
Under **FAQ** i AnyTracking finder du appens egne ofte stillede spørgsmål og svar om GPS trackeren og appens funktioner.



Find hjælp i appens FAQ

Tryk på **FAQ** i AnyTracking for at åbne en oversigt over spørgsmål, som ofte går igen blandt brugere af appen.

FAQ'en er på engelsk og kan blandt andet indeholde hjælp til forbindelse, SIM-kort, GPS og andre funktioner i AnyTracking.



Har du brug for hjælp på dansk?

Du finder vores egen danske FAQ længere nede på denne side med svar på de mest almindelige spørgsmål om GPS-armbåndet.