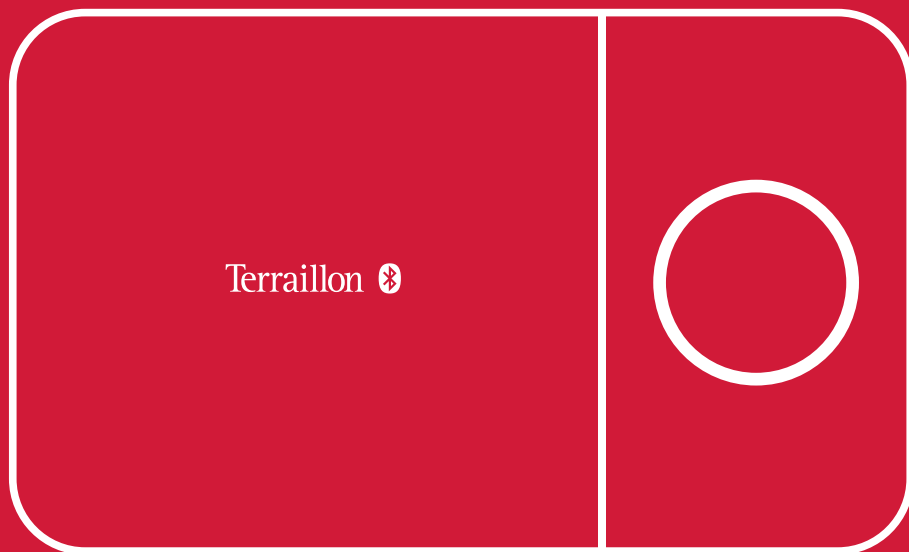


# NUTRITAB



Terraillon 

**USER MANUAL | GUIDE D'UTILISATION**

**NL** Handleiding | **IT** Manuale di istruzioni | **ES** Manual de instrucciones

**DE** Bedienungsanleitung | **PT** Manual de instruções

# Terraillon®

[www.terraillon.com](http://www.terraillon.com)

**Made for / Compatible avec**



iPhone® 4S & + (iOS 8.0 & +)  
iPod® Touch 5th generation



iPad® 3 & + (iOS 8.0 & +)  
iPad® Mini & + (iOS 8.0 & +)



Android 4.3 & +  
Bluetooth Smart 4.0 / Bluetooth Smart Ready  
Smartphone only / No tablet



iPhone is registered trademark of Apple Inc.

Android is a trademark of Google Inc.

The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks  
owned by Bluetooth SIG, Inc.

Other trademarks and trade names are those of their respective owners.

# NUTRITAB

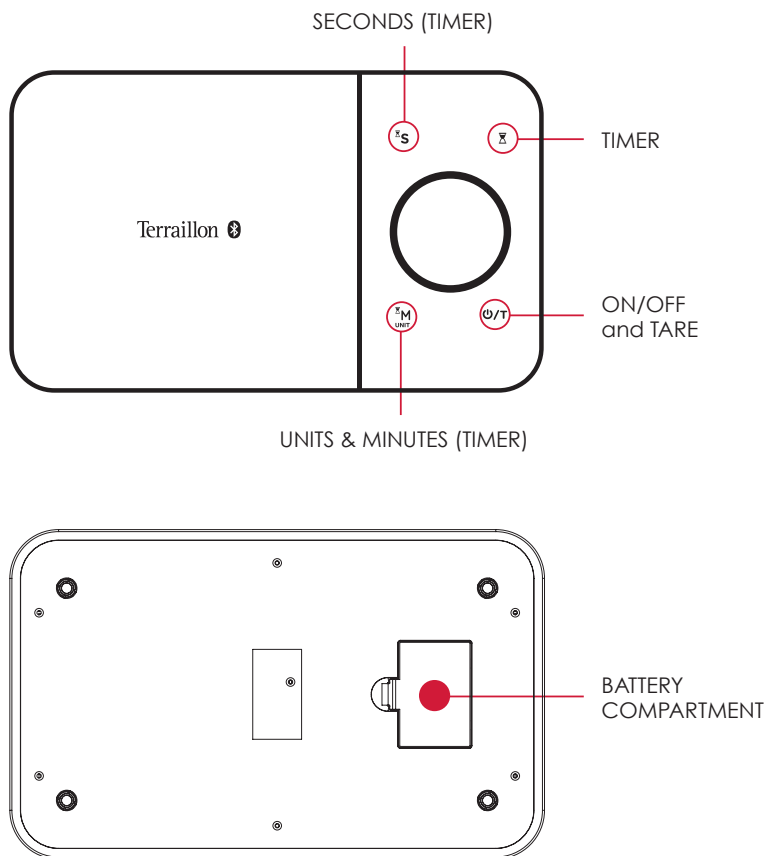
<b>EN</b>	TERRAILLON CONNECTED NUTRITIONAL SCALE INSTRUCTION MANUAL .....	4
<b>FR</b>	BALANCE NUTRITIONNELLE CONNECTÉE TERRAILLON NOTICE D'UTILISATION .....	9
<b>NL</b>	TERRAILLON VOEDINGSWAARDE WEEGSCHAAL HANDLEIDING .....	14
<b>IT</b>	BILANCIA NUTRIZIONALE COLLEGATA TERRAILLON MANUALE DI ISTRUZIONI .....	19
<b>ES</b>	BALANZA NUTRICIONAL CONECTADA TERRAILLON MANUAL DE INSTRUCCIONES .....	24
<b>DE</b>	VERBINDBARE DIÄTETISCHE KÜCHENWAAGE TERRAILLON BEDIENUNGSANLEITUNG .....	29
<b>PT</b>	BALANÇA DE NUTRIÇÃO CONECTADA TERRAILLON MANUAL DE INSTRUÇÕES .....	34

Thank you very much for selecting the Terraillon connected nutritional scale NUTRITAB.

## FIND MORE INFORMATION ON

<http://www.terraillon.com>

## PRODUCT OVERVIEW



## FIRST USE

- A** Download the Terraillon Wellness Coach - Health application.



- B** Create your account by following the instructions on the application.

*Note: If you already have an account on Wellness Coach - Health or Wellness Coach – Sleep app, please login with your login details. In that case, refer to the section "HOW TO FILL IN MY NUTRITION DIARY?".*

- C** When account creation is over, the application asks you which connected product Terraillon you want to use: tap "Yes", then "Nutritional kitchen scale".

*Note: NUTRITAB does not need a Bluetooth pairing process with your Smartphone. You will be able to use it directly by following the next installation steps.*

- D** Make sure the Bluetooth feature is enabled on your smartphone.

- E** In the Wellness Coach-Health app, tap the "ADD FOOD" tab.

- F** Insert the batteries (3xAAA) into NUTRITAB.

- G** Place NUTRITAB on a hard, flat surface.

- H** Press the NUTRITAB ON / OFF button: a Bluetooth logo appears on the NUTRITAB screen if the connection is established.


- I** Your NUTRITAB is automatically connected to your Wellness Coach - Health app and is ready to use.

## HOW TO FILL IN MY NUTRITION DIARY?

There are four ways to fill in your nutritional dashboard: adding food from our database, scanning the barcode of a product, manually entering food nutritional information or by using the already used food history.

### → ADD FOOD FROM OUR DATABASE:

- A** Make sure the Bluetooth feature is enabled on your smartphone.
- B** In the Wellness Coach-Health app, tap the "MY DIET" tab and then on "ADD FOOD" tab.
- C** Place NUTRITAB on a hard, flat surface.
- D** Press the NUTRITAB ON / OFF button: a Bluetooth logo appears on the NUTRITAB screen if the connection is established.
- E** Place the food on the NUTRITAB kitchen scale. The weight will be shown on the LCD screen and in the Wellness Coach - Health app.
- F** Fill in the food you are weighing: the app gives you its nutritional values.
- G** Tap "NEXT".
- H** Fill in the day and time you ate the food.

*Note: The automatically assigned amount to the user corresponds to the weight measured previously. If you wish, you are still able to manually change it or tap  to reuse NUTRITAB.*

- I** Tap "VALIDATE".

### → BARCODE SCAN:

- A** Make sure the Bluetooth feature is enabled on your smartphone.
- B** In the Wellness Coach-Health app, tap the "MY DIET" tab and then on "BARCODE SCAN" tab.
- C** Scan the barcode of the product packaging with your smartphone: the app shows you the nutritional values of the product for 100 grams.
- D** Tap "NEXT".
- E** Fill in the day and time you ate the food.

**F** Specify how much food you ate: tap  to use NUTRITAB.

*Note: You are still able to manually enter the quantity if you do not have NUTRITAB within easy reach.*

**G** Place NUTRITAB on a hard, flat surface.

**H** Press the NUTRITAB ON / OFF button: a Bluetooth logo appears on the NUTRITAB screen if the connection is established.

**I** Place the food on the NUTRITAB. The weight will be shown on the LCD screen and in the Wellness Coach - Health app. Tap "VALIDATE" then "NEXT".

**J** The app shows you the nutritional values of the product based on the weighed quantity.

**K** Tap "VALIDATE".

#### → **FILL IN FOOD NUTRITIONAL INFORMATION MANUALLY:**

**A** Make sure the Bluetooth feature is enabled on your smartphone.

**B** In the Wellness Coach-Health app, tap the "MY DIET" tab and then on "ENTER MANUALLY" tab.

**C** Fill in your food nutritional information and then tap « NEXT ».

**D** Fill in the day and time you ate the food.

**E** Specify how much food you ate: tap  to use NUTRITAB.

*Note: You are still able to manually enter the quantity if you do not have NUTRITAB within easy reach.*

**F** Place NUTRITAB on a hard, flat surface.


**G** Press the NUTRITAB ON / OFF button: a Bluetooth logo appears on the NUTRITAB screen if the connection is established.

**H** Place the food on the NUTRITAB. The weight will be shown on the LCD screen and in the Wellness Coach - Health app. Tap "VALIDATE" then "NEXT".

**I** The app shows you the nutritional values of the product based on the weighed quantity.

**J** Tap "VALIDATE".

### → USE ALREADY USED FOOD HISTORY:

- A** Make sure the Bluetooth feature is enabled on your smartphone.
- B** In the Wellness Coach-Health app, tap the "MY DIET" tab and then on "FOOD HISTORY" tab.
- C** Select the food you want to use: the app will display its previous nutritional values. Then tap "NEXT".
- D** Fill in the day and time you ate the food.
- E** Specify how much food you ate: tap  to use NUTRITAB.  
*Note: You are still able to manually enter the quantity if you do not have NUTRITAB within easy reach.*
- F** Place NUTRITAB on a hard, flat surface.
- G** Press the NUTRITAB ON / OFF button: a Bluetooth logo appears on the NUTRITAB screen if the connection is established.
- H** Place the food on the NUTRITAB. The weight will be shown on the LCD screen and in the Wellness Coach - Health app. Tap "VALIDATE" then "NEXT".
- I** The app shows you the nutritional values of the product based on the weighed quantity.
- J** Tap "VALIDATE".

## OTHER FUNCTIONS OF THE KITCHEN SCALE

### → TURN OFF THE KITCHEN SCALE:

Press the ON/OFF button for 3 seconds to turn off the NUTRITAB.

### → LIQUID/UNIT CONVERSION:

Press the M/UNIT button briefly to change the units: g → ml → oz → fl.oz → g.

### → AUTOMATIC TARE:

Turn on NUTRITAB. Put your container / food then press the ON / OFF / TARE button to tare NUTRITAB. You can add your next ingredient and repeat the process.



### → TIMER FUNCTION:

The timer returns to 0 after 199 minutes. Press the ON/OFF button to stop the timer.

- Press the TIMER button.
- Press the M/UNIT button briefly to add 1 minute, and press for 2 seconds to add 10 minutes.
- Press the S button briefly to add 1 second, and press for 2 seconds to add 10 seconds.
- After having set the time, press the TIMER button to start the timer.
- Press TIMER to pause the timer and change the time, then press again to restart.
- Press the TIMER button for 2 seconds to deactivate it.

## MAINTENANCE

Use only a damp cloth. NEVER use detergents or other chemicals. This product is not suitable for dishwasher or microwave.

## WARRANTY & ENVIRONMENT PROTECTION

This product is guaranteed for 2 years against material and manufacturing defects. During this period, such defects will be repaired free of charge (proof of purchase must be presented if the scale is under warranty). This warranty does not cover damage resulting from accidents, improper use or negligence. If you have a complaint please contact the store where you purchased the product first.



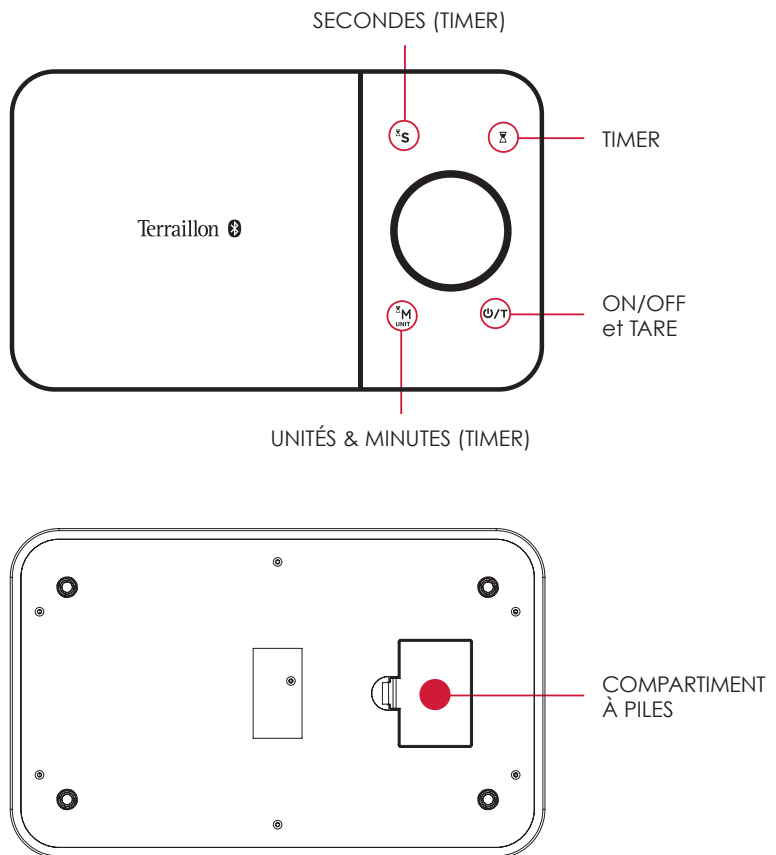
Waste electrical products should not be disposed of with household waste. Please recycle where facilities exist. Check with your local authority or retailer for recycling advice.

Nous vous remercions d'avoir choisi la balance nutritionnelle connectée Terraillon NUTRITAB.

## BESOIN D'INFORMATION ?

<http://www.terraillon.com>

## APERÇU DU PRODUIT



## PREMIÈRE UTILISATION

- A** Téléchargez l'application Terraillon Wellness Coach - Health.



- B** Veuillez créer votre compte en suivant les indications sur l'application.

*Note : Si vous avez déjà un compte sur Wellness Coach – Health ou Wellness Coach – Sleep, veuillez-vous connecter avec vos identifiants. Dans ce cas, référez-vous à la section « COMMENT RENSEIGNER MON JOURNAL NUTRITIONNEL ? ».*

- C** À la fin de la création de votre compte, l'application vous demande si vous souhaitez ajouter un appareil : sélectionnez « Oui », puis « Balance nutritionnelle ».

*Note : NUTRITAB n'a pas besoin de procédure de synchronisation Bluetooth avec votre Smartphone, vous allez donc pouvoir l'utiliser en suivant les prochaines étapes d'installation.*

- D** Vérifiez que la fonction Bluetooth est active sur votre Smartphone.

- E** Dans l'application Wellness Coach - Health, cliquez sur l'onglet « AJOUTER UN ALIMENT ».

- F** Insérez les piles (3xAAA) dans NUTRITAB.

- G** Placez NUTRITAB sur une surface plane et dure.

- H** Appuyez sur le bouton MARCHÉ/ARRÊT de NUTRITAB : un logo Bluetooth apparaît sur l'écran de NUTRITAB si la connexion est établie.


- I** Votre NUTRITAB est connectée automatiquement à votre application Wellness Coach – Health et est prête à l'emploi.

## COMMENT RENSEIGNER MON JOURNAL NUTRITIONNEL ?

Il existe 4 moyens de renseigner son journal nutritionnel: en ajoutant un aliment issu de notre base de données, en scannant le code-barres d'un produit, en saisissant manuellement les valeurs nutritionnelles d'un aliment ou en utilisant l'historique des aliments déjà utilisés.

### → AJOUTER UN ALIMENT ISSU DE NOTRE BASE DE DONNÉES :

- A** Vérifiez que la fonction Bluetooth est active sur votre Smartphone.
- B** Dans l'application Wellness Coach - Health, cliquez sur l'onglet « MON ALIMENTATION » puis sur « AJOUTER UN ALIMENT ».
- C** Placez NUTRITAB sur une surface plane et dure.
- D** Appuyez sur le bouton MARCHE/ARRÊT de NUTRITAB: un logo Bluetooth apparaît sur l'écran de NUTRITAB si la connexion est établie.
- E** Posez l'aliment sur NUTRITAB. Le poids s'affiche sur l'écran LCD et dans l'application Wellness Coach - Health.
- F** Sélectionnez l'aliment que vous êtes en train de peser : l'application vous donne ses valeurs nutritives basées sur le poids mesuré.
- G** Appuyez sur « SUIVANT ».
- H** Renseignez le jour et l'heure à laquelle l'aliment a été consommé.

*Note : La quantité attribuée automatiquement à l'utilisateur correspond au poids mesuré précédemment. Si vous le souhaitez, vous pouvez encore la modifier manuellement ou alors réutiliser la balance connectée en appuyant sur le bouton .*

- I** Appuyez sur « VALIDER » pour ajouter cet ingrédient à votre journal nutritionnel.

### → SCANNER LE CODE-BARRES D'UN PRODUIT :

- A** Vérifiez que la fonction Bluetooth est active sur votre Smartphone.
- B** Dans l'application Wellness Coach - Health, cliquez sur l'onglet « MON ALIMENTATION » puis sur « SCANNER UN CODE-BARRES ».
- C** Scannez le code-barres présent sur l'emballage de votre produit grâce à votre Smartphone: l'application vous indique alors les valeurs nutritives du produit pour 100 grammes.
- D** Appuyez sur « SUIVANT ».
- E** Renseignez le jour et l'heure à laquelle le produit a été consommé.

**F** Indiquez la quantité que vous avez consommé: utilisez la balance connectée en appuyant sur le bouton .

*Note: Vous pouvez aussi inscrire la quantité consommée manuellement si vous n'avez pas la balance connectée à portée de main.*

**G** Placez NUTRITAB sur une surface plane et dure.

**H** Appuyez sur le bouton MARCHÉ/ARRÊT de NUTRITAB: un logo Bluetooth apparaît sur l'écran de NUTRITAB si la connexion est établie.

**I** Posez l'aliment sur NUTRITAB. Le poids s'affiche sur l'écran LCD et dans l'application Wellness Coach - Health. Appuyez sur « VALIDER » puis sur « SUIVANT ».

**J** L'application vous indique alors les valeurs nutritives du produit pour la quantité pesée.

**K** Appuyez sur « VALIDER ».

#### → SAISIR MANUELLEMENT LES DONNÉES D'UN ALIMENT :

**A** Vérifiez que la fonction Bluetooth est active sur votre Smartphone.

**B** Dans l'application Wellness Coach - Health, cliquez sur l'onglet « MON ALIMENTATION » puis sur « SAISIR MANUELLEMENT »

**C** Renseignez le nom de l'aliment et les informations nutritives de votre aliment puis appuyez sur « SUIVANT ».

**D** Renseignez le jour et l'heure à laquelle l'aliment a été consommé.

**E** Indiquez la quantité que vous avez consommé: utilisez la balance connectée en appuyant sur le bouton .

*Note: Vous pouvez aussi inscrire la quantité consommée manuellement si vous n'avez pas la balance connectée à portée de main.*

**F** Placez la balance de cuisine NUTRITAB sur une surface plane et dure.


**G** Appuyez sur le bouton MARCHÉ/ARRÊT de NUTRITAB: un logo Bluetooth apparaît sur l'écran de NUTRITAB si la connexion est établie.

**H** Posez l'aliment sur NUTRITAB. Le poids s'affiche sur l'écran LCD et dans l'application Wellness Coach - Health. Appuyez sur « VALIDER » puis sur « SUIVANT ».

**I** L'application vous indique alors les valeurs nutritives du produit pour la quantité pesée.

**J** Appuyez sur « VALIDER ».

### → UTILISER L'HISTORIQUE :

- A** Vérifiez que la fonction Bluetooth est active sur votre Smartphone.
  - B** Dans l'application Wellness Coach - Health, cliquez sur l'onglet « MON ALIMENTATION » puis sur « HISTORIQUE ».
  - C** Sélectionnez l'aliment que vous souhaitez utiliser: l'application vous indique alors les valeurs nutritives du produit lors de la dernière saisie. Appuyez ensuite sur « SUIVANT ».
  - D** Renseignez le jour et l'heure à laquelle l'aliment a été consommé.
  - E** Indiquez la quantité que vous avez consommé: utilisez la balance connectée en appuyant sur le bouton .
- Note: Vous pouvez aussi inscrire la quantité consommée manuellement si vous n'avez pas la balance connectée à portée de main.*
- F** Placez la balance de cuisine NUTRITAB sur une surface plane et dure.
  - G** Appuyez sur le bouton MARCHE/ARRÊT de NUTRITAB: un logo Bluetooth apparaît sur l'écran de NUTRITAB si la connexion est établie.
  - H** Posez l'aliment sur NUTRITAB. Le poids s'affiche sur l'écran LCD et dans l'application Wellness Coach - Health. Appuyez sur « VALIDER » puis sur « SUIVANT ».
  - I** L'application vous indique alors les valeurs nutritives du produit pour la quantité pesée.
  - J** Appuyez sur « VALIDER ».

## AUTRES FONCTIONS DE LA BALANCE

### → ÉTEINDRE LA BALANCE DE CUISINE :

Appuyez pendant 3 secondes sur le bouton MARCHE/ARRÊT pour éteindre NUTRITAB.

### → CONVERSION DES LIQUIDES/UNITÉS :

Appuyez brièvement sur le bouton M/UNIT pour changer les unités :  
g → ml → oz → fl.oz → g.

### → MISE À ZÉRO AUTOMATIQUE :

Allumez NUTRITAB. Posez votre contenant/aliment puis appuyez sur le bouton ON/OFF/TARE pour remettre l'affichage à zéro. Vous pouvez ajouter votre ingrédient suivant puis répétez l'opération.

## → FONCTION TIMER :

Le Timer revient à 0 après 199 minutes. Appuyez sur le bouton MARCHE/ARRÊT pour arrêter le réglage ou le défilement du TIMER.

- Appuyez sur le bouton TIMER.
- Appuyez brièvement sur le bouton M/UNIT pour ajouter 1 minute, appuyez dessus 2 secondes pour ajouter 10 minutes.
- Appuyez brièvement sur le bouton S pour ajouter 1 secondes, appuyez dessus 2 secondes pour ajouter 10 secondes.
- Après avoir réglé le temps, appuyez sur le bouton TIMER pour le démarrer.
- Appuyez sur TIMER pour le mettre en pause et modifier le temps puis appuyez à nouveau pour le relancer.
- Appuyez sur le bouton TIMER 2 secondes pour désactiver le TIMER.

## ENTRETIEN

Utilisez un chiffon humide uniquement. N'utilisez JAMAIS de détergents ou d'autres produits chimiques.

NE PAS mettre au lave-vaisselle ou au micro-ondes.

## GARANTIE ET PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT

Cet appareil est garanti 2 ans contre tout défaut matériel et de fabrication. Au cours de cette période, ces défauts seront réparés gratuitement (une preuve d'achat doit être présentée si la balance est sous garantie). Cette garantie ne couvre pas les dommages provenant d'accidents, d'une mauvaise utilisation ou de négligence. Si vous avez une réclamation, adressez-vous d'abord au magasin où vous avez acheté votre produit.



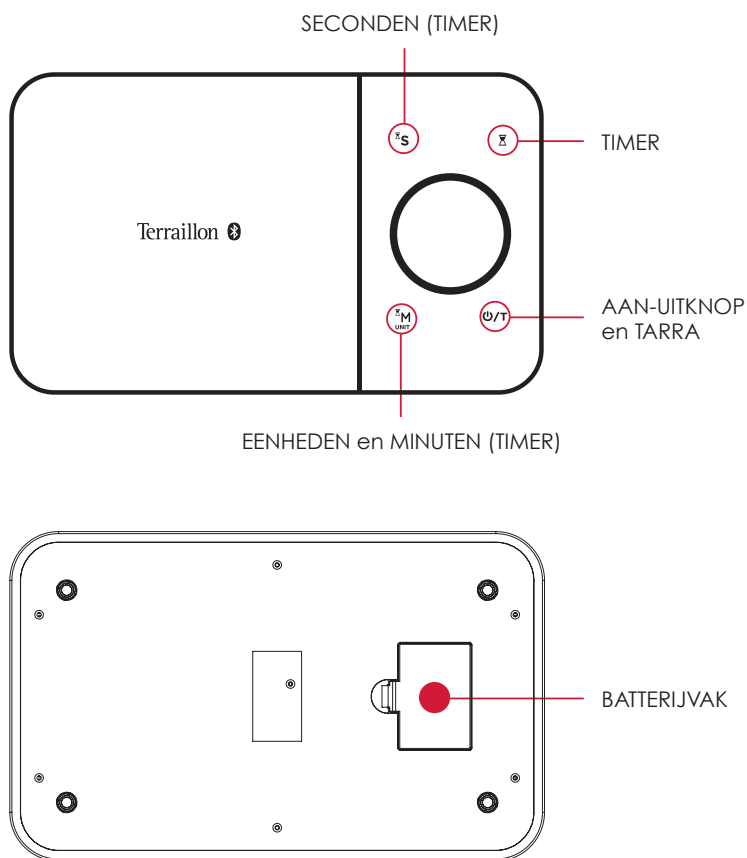
Les déchets de produits électriques ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères. Les recycler dans les installations prévues à cet effet. Contacter l'administration locale ou le détaillant pour tout conseil de recyclage.

Bedankt voor uw keuze voor Terrailon NUTRITAB-voedingswaarde weegschaal met Bluetooth-verbinding.

## MEER INFORMATIE OVER

<http://www.terraillon.com>

## OVERZICHT





## EERSTE GEBRUIK

**A** Plaats de batterijen in de weegschaal (3xAAA).

**B** Download de Terraillon Wellness Coach Health-app.



**C** Maak een account aan door de instructies in de app te volgen.

*Opmerking: Hebt u al een account voor Wellness Coach Health of Wellness Coach Sleep? Meld u dan aan met uw inloggegevens. Lees in dit geval het deel 'DE METINGEN STARTEN'.*

**D** Wanneer uw account aangemaakt is, vraagt de app u welk verbonden Terraillon-product u wilt gebruiken: klik op de voedingswaardeweegschaal.

**E** Controleer of de bluetoothfunctie van uw smartphone aanstaat.


**F** Druk op de AAN-UITKNOP van de NUTRITAB.

**G** Klik in de Wellness Coach Health-app op de tab 'MIJN VOEDING' en vervolgens op 'DE AANGESLOTEN WEEGSCHAAL GEBRUIKEN'. Als de weegschaal verbonden is, verschijnt er een bluetoothlogo op het scherm van de NUTRITAB.

**H** Uw NUTRITAB wordt automatisch verbonden met uw Wellness Coach Health-app en is klaar voor gebruik.

## BEGINNEN MET METEN


### → EEN INGREDIËNT WEGEN:

- A** Controleer of de bluetoothfunctie van uw smartphone aanstaat.
- B** Schakel de bluetoothfunctie van uw smartphone in.
- C** Druk op de AAN-UITKNOP van de NUTRITAB.
- D** Klik in de Wellness Coach Health-app op de tab 'MIJN VOEDING' en vervolgens op 'DE AANGESLOTEN WEEGSCHAAL GEBRUIKEN'. Als de weegschaal verbonden is, verschijnt er een bluetoothlogo op het scherm van de NUTRITAB.
- E** Leg het voedingsmiddel op de NUTRITAB. Het gewicht wordt weergegeven op het lcd-scherm en in de Wellness Coach Health-app.
- F** Vul in welk voedingsmiddel u weegt: de app toont u de voedingswaarde van uw voedingsmiddel.
- G** Druk op 'DIT VOEDINGSMIDDEL TOEVOEGEN'.
- H** Vul de dag, het tijdstip en het soort maaltijd in en wijs de hoeveelheid vervolgens toe aan een of meerdere gebruikers (handmatig of door de hoeveelheid te wegen met de verbonden keukenweegschaal, nadat u op het symbool hebt gedrukt .
- I** Druk op 'DIT PRODUCT TOEVOEGEN' om dit ingrediënt aan uw voedingsdagboek toe te voegen.

### → EEN RECEPT AANMAKEN:

- A** Herhaal de stappen van A tot F van het deel 'EEN INGREDIËNT WEGEN' en druk op 'EEN ANDER VOEDINGSMIDDEL TOEVOEGEN'.

*Opmerking: Maak gebruik van de TARRA-functie als u een kom op de NUTRITAB wilt plaatsen waaraan u achtereenvolgens verschillende ingrediënten toevoegt.*

- B** Wanneer alle voedingsmiddelen zijn toegevoegd, druk dan op 'MIJN RECEPT FINALISEREN' om een overzicht van uw recept te krijgen, geef een naam aan uw recept en druk vervolgens op 'DIT RECEPT GEBRUIKEN'.
- C** Vul de dag, het tijdstip en het soort maaltijd in en wijs de hoeveelheid vervolgens toe aan een of meerdere gebruikers (handmatig of door de hoeveelheid te wegen met de verbonden keukenweegschaal, nadat u op het symbool hebt gedrukt .
- D** Druk op 'DIT RECEPT TOEVOEGEN' om dit recept toe te voegen aan uw voedingsdagboek.

## ANDERE FUNCTIES VAN DE APP

### → EEN PRODUCT SCANNEN:

In de tab MIJN VOEDING kunt u op 'EEN PRODUCT SCANNEN' drukken om de energiewaarden van een product aan uw voedingsdagboek toe te voegen met behulp van de streepjescode. Scan de streepjescode van het product met het foto toestel van uw smartphone. Als het artikel ingevuld is, druk dan op 'DIT PRODUCT TOEVOEGEN'. Wordt het product niet gevonden, dan kunt u de functie 'HANDMATIG INVOEREN' gebruiken.

### → HANDMATIG INVOEREN:

In de tab MIJN VOEDING kunt u op 'HANDMATIG INVOEREN' drukken om de energiewaarden van een product aan uw voedingsdagboek toe te voegen. Verplaats de verschillende cursors om de voedingswaarden in te vullen en klik vervolgens op 'DIT PRODUCT TOEVOEGEN'.

### → RECEPTENBOEKJE:

In de tab MIJN VOEDING kunt u op 'MIJN RECEPTENBOEKJE GEBRUIKEN' drukken om de recepten terug te vinden die u al geregistreerd hebt. Kies uw recept in de lijst en wijs de hoeveelheid vervolgens toe aan een of meerdere gebruikers (handmatig of door de hoeveelheid te wegen met de verbonden keukenweegschaal, nadat u op het symbool hebt gedrukt ).

## ANDERE FUNCTIES VAN DE WEEGSCHAAL

### → DE NUTRITAB UITSCHAKELLEN:

Houd de AAN-UITKNOP 3 seconden ingedrukt om de NUTRITAB uit te schakelen.

### → VLOEISTOFFEN/EENHEDEN HERLEIDEN:

Druk kort op de knop M/UNIT om de eenheden te wijzigen: g > ml > oz > fl.oz > g.

### → AUTOMATISCH RESETTEN:

Schakel de NUTRITAB in. Plaats uw kom/voedingsmiddel op de weegschaal en druk vervolgens op ON/OFF/TARRA om de weergave te resetten. Vervolgens kunt u het volgende ingrediënt toevoegen, en zo verder tot u klaar bent.

### → **TIMERFUNCTIE:**

*De timer wordt na 199 minuten terug op 0 gezet. Druk op de AAN-UITKNOP om de instelling of het aflopen van de timer te stoppen.*

- Druk op de knop TIMER.
- Druk kort op de knop M/UNIT om de tijd met 1 minuut te verhogen of houd de knop 2 seconden ingedrukt om met 10 minuten te verhogen.
- Druk kort op de S-knop om de tijd met 1 seconde te verhogen of houd de knop 2 seconden ingedrukt om met 10 seconden te verhogen.
- Nadat u de tijd hebt ingesteld, klikt u op de knop TIMER om de timer te starten.
- Druk op de knop TIMER om de timer te pauzeren en de tijd te wijzigen, en druk vervolgens opnieuw op deze knop om de timer te starten.
- Houd de knop TIMER 2 seconden ingeschakeld om de timer uit te schakelen.


## **ONDERHOUD**

Gebruik enkel een vochtige doek. Gebruik **NOOIT** afwasmiddel of andere chemische producten. Dit product is niet geschikt voor de vaatwasser of magnetron.

## **GARANTIE & BESCHERMING VAN HET LEEFMILIEU**

Voor dit toestel geldt een garantie van 2 jaar tegen materiaal- en fabricagefouten. Gedurende deze periode zullen dergelijke defecten gratis gerepareerd worden (tijdens de garantieperiode moet een bewijs van aankoop worden overgelegd). Schade veroorzaakt door ongevallen, onjuist gebruik of nalatigheid valt niet onder de garantie. Als u klachten hebt, dient u zich in eerste instantie te wenden tot de winkel waar u de monitor heeft gekocht.



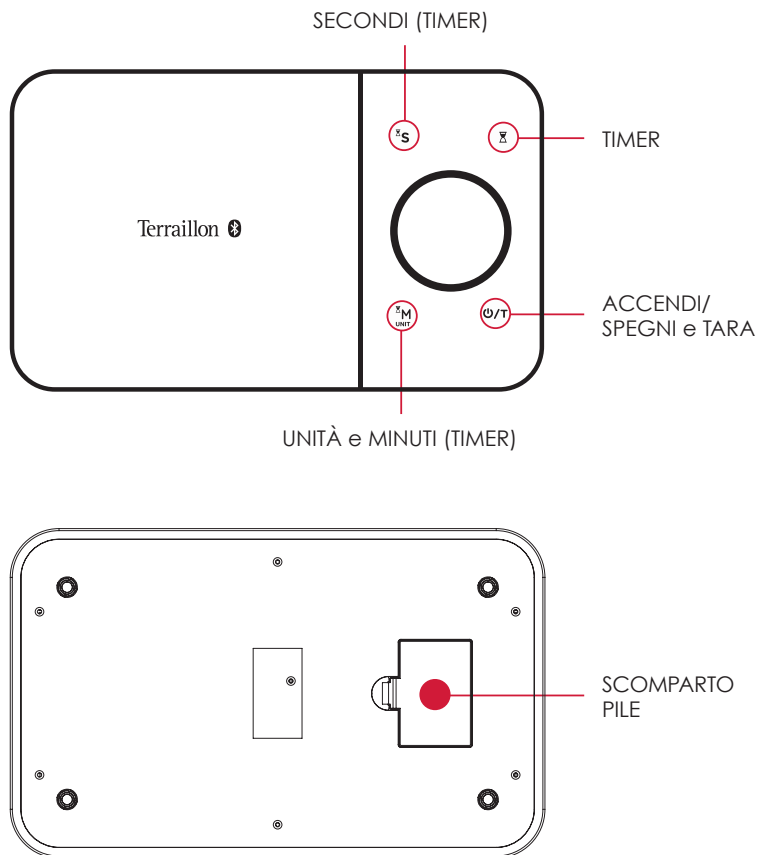
Afgedankte elektrische producten horen niet bij het huishoudelijk afval. Gelieve te recyclen waar mogelijk. Raadpleeg uw lokale overheid of  verkoper voor recyclingadvies.

La ringraziamo per aver scelto Terraillon NUTRITAB, la bilancia nutrizionale collegata a un'app.

TROVATE MAGGIORI INFORMAZIONI SUL

<http://www.terraillon.com>

## IN SINTESI



## PRIMA INSTALLAZIONE

**A** Inserire le pile (3xAAA).

**B** Scaricare l'app Terraillon Wellness Coach – Health.



**C** Creare il proprio account seguendo le indicazioni sull'applicazione.

*Nota: Se si possiede già un account su Wellness Coach – Health o Wellness Coach – Sleep, accedere con i propri dati di accesso. In tal caso, riferirsi alla sezione «AVVIARE LE MISURAZIONI».*

**D** Dopo aver creato il proprio account, l'applicazione chiede quale prodotto connesso Terraillon si desidera utilizzare: fare clic su Bilancia da cucina nutrizionale.

**E** Verificare che la funzione Bluetooth sia attiva sul proprio smartphone.


**F** Premere il tasto ACCENDI/SPEGNI di NUTRITAB.

**G** Nell'app Wellness Coach – Health, selezionare la scheda «LA MIA NUTRIZIONE» e poi «UTILIZZA LA BILANCIA COLLEGATA»: se la connessione è stabilita, compare sullo schermo di NUTRITAB un logo Bluetooth.

**H** NUTRITAB è connessa automaticamente all'app Wellness Coach – Health ed è pronta per l'uso.

## AVVIARE LE MISURAZIONI


### → PESARE UN INGREDIENTE:

- A** Verificare che la funzione Bluetooth sia attiva sul proprio smartphone.
- B** Posizionare la bilancia da cucina NUTRITAB su una superficie piana e dura.
- C** Premere il tasto ACCENDI/SPEGNI di NUTRITAB.
- D** Nell'app Wellness Coach - Health, selezionare la scheda «LA MIA NUTRIZIONE» e poi «UTILIZZA LA BILANCIA COLLEGATA»: se la connessione è stabilita, compare sullo schermo di NUTRITAB un logo Bluetooth.
- E** Porre l'alimento su NUTRITAB. Il peso viene visualizzato sullo schermo LCD e nell'app Wellness Coach – HEALTH.
- F** Indicare l'alimento che si sta pesando: l'applicazione fornisce i valori nutritivi dell'alimento.
- G** Premere «AGGIUNGI QUESTO ALIMENTO».
- H** Indicare il giorno, l'ora e il tipo di pasto, quindi impostare la quantità per una o più persone (manualmente o calcolando la quantità con la bilancia da cucina collegata all'applicazione dopo aver premuto il simbolo ).
- I** Premere «AGGIUNGI QUESTO PRODOTTO» per aggiungere l'ingrediente nel proprio diario nutrizionale.

### → REALIZZARE UNA RICETTA:

- A** Ripetere le tappe da A a F della sezione «PESARE UN INGREDIENTE» e premere «AGGIUNGI UN ALTRO ALIMENTO».

*Nota: Utilizzare la funzione TARA per mettere un contenitore su NUTRITAB e aggiungere tutti gli altri ingredienti.*

- B** Una volta aggiunti tutti gli alimenti, fare clic su «TERMINA LA RICETTA» per averne una sintesi e darle un nome, poi fare clic su «UTILIZZA QUESTA RICETTA».
- C** Indicare il giorno, l'ora e il tipo di pasto, quindi impostare la quantità per una o più persone (manualmente o calcolando la quantità con la bilancia da cucina collegata all'applicazione dopo aver premuto il simbolo ).
- D** Premere «AGGIUNGI QUESTA RICETTA» per aggiungere la ricetta nel proprio diario nutrizionale.

## ALTRE FUNZIONI DELL'APP


### → SCANSIONE DEL PRODOTTO:

Nella scheda LA MIA NUTRIZIONE, premere «SCANSIONE DEL PRODOTTO» per aggiungere i valori energetici di un prodotto nel proprio diario nutrizionale partendo dal codice a barre. Eseguire la scansione del codice a barre del prodotto con la fotocamera dello smartphone. Se l'alimento è già presente nell'applicazione, fare clic su «AGGIUNGI QUESTO PRODOTTO». Se l'alimento non viene rilevato, utilizzare la funzione «INSERISCI MANUALMENTE».

### → INSERIMENTO MANUALE:

Nella scheda LA MIA NUTRIZIONE, premere «INSERISCI MANUALMENTE» per aggiungere i valori energetici di un prodotto nel proprio diario nutrizionale. Spostare i diversi cursori per inserire i valori energetici poi premere «AGGIUNGI QUESTO PRODOTTO».

### → RICETTARIO:

Nella scheda LA MIA NUTRIZIONE, premere «UTILIZZA IL MIO RICETTARIO» per ritrovare le ricette già registrate. Selezionare la ricetta tra quelle presenti nella lista, quindi impostare la quantità su una o più persone (manualmente o pesando la quantità con la bilancia da cucina collegata all'app dopo aver premuto il simbolo ).

## ALTRE FUNZIONI DELLA BILANCIA

### → SPEGNIMENTO DI NUTRITAB:

Premere il pulsante ACCENDI/SPEGNI per 3 secondi per spegnere NUTRITAB.

### → CONVERSIONE LIQUIDI/UNITÀ:

Premere brevemente il tasto M/UNIT per modificare le unità di misura: g → ml → oz → fl.oz → g.

### → AZZERAMENTO AUTOMATICO:

Accendere NUTRITAB. Porre il contenitore/l'alimento sulla bilancia, quindi premere il tasto ON/OFF/TARA per azzerare. Aggiungere l'ingrediente successivo e ripetere l'operazione.



## → FUNZIONE TIMER:

*Il Timer riparte da 0 dopo 199 minuti. Premere il pulsante ACCENDI/SPEGNI per arrestare il TIMER o interrompere la regolazione.*

- Premere il pulsante TIMER.
- Premere brevemente il tasto M/UNIT per aggiungere 1 minuto, tenere premuto per 2 secondi per aggiungere 10 minuti.
- Premere brevemente il tasto S per aggiungere 1 secondo, tenere premuto per 2 secondi per aggiungere 10 secondi.
- Una volta impostato il tempo, premere il tasto TIMER per farlo partire.
- Premere il tasto TIMER per mettere in pausa e per modificare i minuti, quindi premere di nuovo per farlo ripartire.
- Premere il tasto TIMER per 2 secondi per disattivare il TIMER.

## MANUTENZIONE

Utilizzare soltanto un panno umido. Non utilizzare MAI detergenti o altri prodotti chimici.

Questo prodotto non è adatto per lavastoviglie o microonde.

## GARANZIA & PROTEZIONE DELL'AMBIENTE

Questo prodotto è garantito per 2 anni contro difetti di materiale e di fabbricazione. Durante questo periodo, tali difetti saranno riparati gratuitamente (presentare la prova di acquisto se la bilancia è sotto garanzia). Questa garanzia non copre i danni derivanti da incidenti, uso improprio o negligenza. In caso di reclamo contattare il negozio presso cui è stata acquistata il monitor.



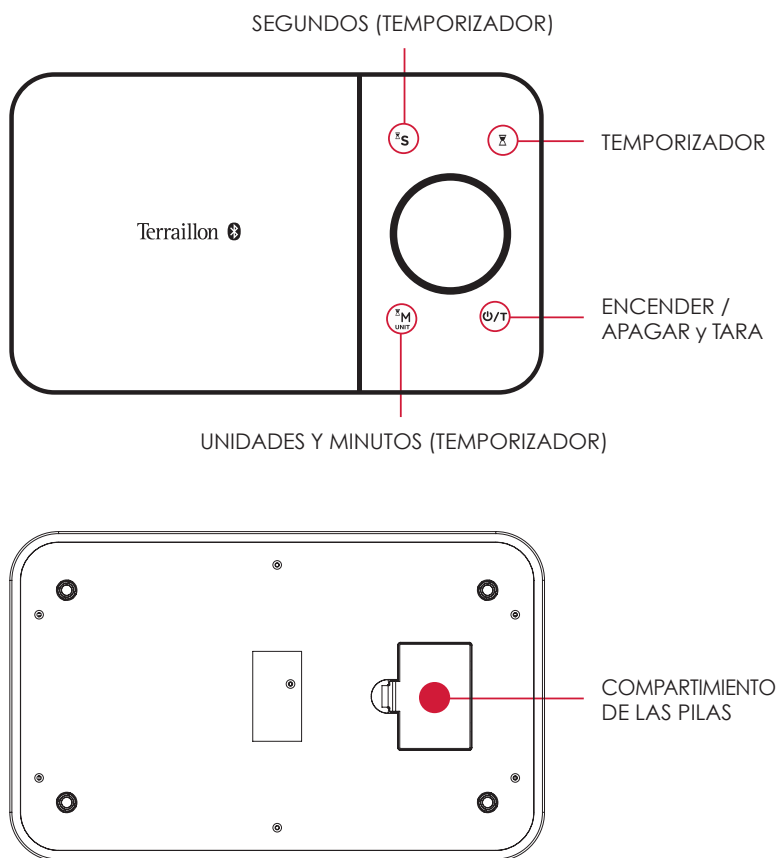
I rifiuti di apparecchiature elettriche non devono essere smaltiti come rifiuti domestici. Riciclare dove esistono strutture atte allo scopo. Consultare le autorità locali o il rivenditore per indicazioni riguardanti il riciclaggio.

Le damos las gracias por haber escogido la balanza nutricional conectada Terraillon NUTRITAB.

## ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN SOBRE

<http://www.terraillon.com>

## DESCRIPCIÓN GENERAL



## PRIMER USO

**A** Coloque las pilas (3 de tipo AAA).

**B** Descargue la aplicación Terraillon Wellness Coach - Health.



**C** Cree su cuenta siguiendo las instrucciones de la aplicación.

*Nota: Si ya dispone de una cuenta en Wellness Coach – Health o Wellness Coach – Sleep, conéctese a ella con sus credenciales. En tal caso, consulte la sección «COMENZAR LAS MEDICIONES».*

**D** Cuando haya terminado de crear su cuenta, la aplicación le preguntará por el producto conectado a Terraillon que desea utilizar: haga clic sobre Balanza de cocina nutricional.

**E** Compruebe que la función Bluetooth está activada en su smartphone.


**F** Pulse el botón de ENCENDER/APAGAR de NUTRITAB.

**G** En la aplicación Wellness Coach - Health, haga clic en la pestaña «MI NUTRICIÓN» y, a continuación, en «USAR LA BALANZA CONECTADA»: aparecerá el símbolo de Bluetooth en la pantalla de NUTRITAB cuando se establezca la conexión.

**H** Su NUTRITAB se conecta automáticamente a la aplicación Wellness Coach – Health y está lista para su uso.

## COMENZAR A MEDIR


### → PESAR UN INGREDIENTE:

- A** Compruebe que la función Bluetooth está activada en su smartphone.
- B** Utilice la balanza de cocina NUTRITAB sobre una superficie plana y dura.
- C** Pulse el botón de ENCENDER/APAGAR de NUTRITAB.
- D** En la aplicación Wellness Coach-Health, haga clic en la pestaña «MI NUTRICIÓN» y, a continuación, en «USAR LA BALANZA CONECTADA»: aparecerá el símbolo de Bluetooth en la pantalla de NUTRITAB cuando se establezca la conexión.
- E** Coloque el alimento sobre NUTRITAB. El peso aparecerá en la pantalla LCD y en la aplicación Wellness Coach - HEALTH.
- F** Señale el alimento que está pesando: la aplicación le indicará los valores nutricionales de su alimento.
- G** Pulse «AÑADIR ESTE ALIMENTO».
- H** Introduzca la fecha, la hora y el tipo de comida y, a continuación, asigne la cantidad a uno o más usuarios (manualmente o pesando la cantidad con la balanza de cocina conectada, después de pulsar sobre el símbolo ).
- I** Pulse «AÑADIR ESTE PRODUCTO» para incluir este ingrediente en su diario nutricional.

### → CREAR UNA RECETA:

- A** Repita los pasos de la A a la F de la sección «PESAR UN INGREDIENTE» y pulse «AÑADIR OTRO ALIMENTO».

*Nota: Utilice la función de TARA para colocar un recipiente sobre NUTRITAB y añadir en su interior sucesivamente los ingredientes.*

- B** Cuando haya añadido todos los alimentos, pulse «FINALIZAR MI RECETA» para obtener un resumen de su receta y adjudicarle un nombre y, a continuación, pulse «USAR ESTA RECETA».
- C** Introduzca la fecha, la hora y el tipo de comida y, a continuación, asigne la cantidad a uno o más usuarios (manualmente o pesando la cantidad con la balanza de cocina conectada, después de pulsar sobre el símbolo ).
- D** Pulse «AÑADIR ESTA RECETA» para incluir esta receta en su diario nutricional.

## OTRAS FUNCIONES DE LA APLICACIÓN


### → ESCANEAR UN PRODUCTO:

En la pestaña MI NUTRICIÓN, haga clic en «ESCANEAR UN PRODUCTO» para añadir los valores energéticos de un producto a su diario nutricional utilizando el código de barras. Escanee el código de barras del producto con la cámara de su smartphone. Si el alimento aparece catalogado, pulse «AÑADIR ESTE PRODUCTO». Si no se encuentra el producto, utilice la función «INTRODUCIR MANUALMENTE».

### → INTRODUCIR MANUALMENTE:

En la pestaña MI NUTRICIÓN, haga clic en «INTRODUCIR MANUALMENTE» para añadir los valores energéticos de un producto a su diario nutricional. Desplace los diferentes cursores para consultar los valores energéticos y, a continuación, haga clic en «AÑADIR ESTE PRODUCTO».

### → LIBRETA DE RECETAS:

En la pestaña MI NUTRICIÓN, haga clic en «USAR MI LIBRETA DE RECETAS» para encontrar las recetas que ha registrado previamente. Elija su receta de la lista y, a continuación, asigne la cantidad a uno o más usuarios (manualmente o pesando la cantidad con la balanza de cocina conectada, después de pulsar sobre el símbolo )

## OTRAS FUNCIONES DE LA BALANZA

### → APAGAR NUTRITAB:

Pulse durante tres segundos el botón ENCENDER/APAGAR para apagar NUTRITAB.

### → CONVERSIÓN DE MEDIDAS O UNIDADES:

Pulse brevemente el botón M/UNIDAD para cambiar las unidades: g > ml > oz > fl oz > g.

### → PUESTA A CERO AUTOMÁTICA:

Encienda NUTRITAB. Coloque su recipiente o alimento y pulse el botón ENCENDER/APAGAR/TARA para poner el contador a cero. Puede ir añadiendo ingredientes sucesivamente tras repetir este paso.

### → FUNCIÓN DE TEMPORIZADOR:

*El temporizador se vuelve a poner a cero al llegar a los 199 minutos. Pulse el botón ENCENDER/APAGAR para concluir el ajuste o el avance del TEMPORIZADOR.*

- Pulse el botón TEMPORIZADOR.
- Pulse brevemente el botón M/UNIDAD para añadir un minuto y manténgalo durante más de dos segundos para añadir diez minutos.
- Pulse brevemente el botón S para añadir un segundo y manténgalo pulsado durante más de dos segundos para añadir diez segundos.
- Una vez ajustado el tiempo, pulse el botón TEMPORIZADOR para iniciarlo.
- Pulse el botón TEMPORIZADOR para ponerlo en pausa y modificar el tiempo y vuelva a pulsarlo de nuevo para reiniciarlo.
- Pulse el botón TEMPORIZADOR durante dos segundos para desactivarlo.

## MANTENIMIENTO

Utilice solo un paño húmedo. No utilice NUNCA detergentes u otros productos químicos.  
Este producto no es adecuado para el lavavajillas o microondas.

## GARANTÍA & PROTECCIÓN MEDIOAMBIENTAL

El producto está garantizado por un período de dos años contra todo defecto de material y de fabricación. Durante dicho período, los problemas de este tipo se repararán gratuitamente, previa presentación de un justificante de compra. La garantía no cubre los daños resultantes de accidentes, uso indebido o negligencia. Si tiene una reclamación, le rogamos se ponga en contacto, en primer lugar, con la tienda en la que adquirió el producto.



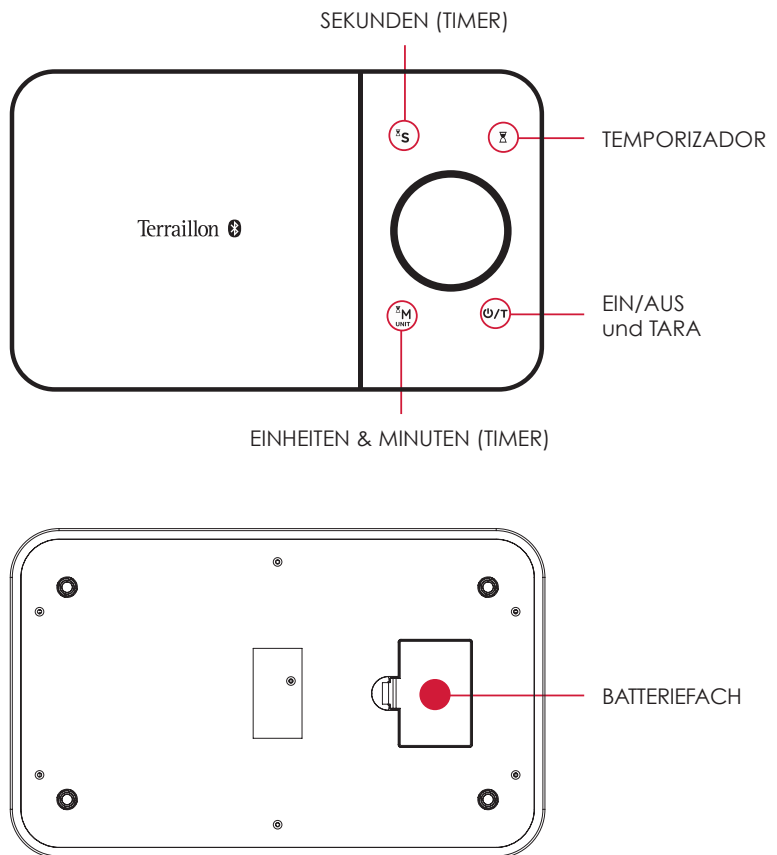
Los productos eléctricos no deben desecharse con la basura doméstica. Recíclelos en las instalaciones disponibles. Consulte a las autoridades locales o al comerciante para informarse sobre el reciclado.

Vielen Dank, dass Sie sich für die verbindbare diätetische Küchenwaage NUTRITAB von Terraillon entschieden haben.

**MEHR INFORMATIONEN FINDEN SIE**

<http://www.terraillon.com>

## FUNKTIONEN



## ERSTMALIGE VERWENDUNG

**A** Legen Sie die Batterien ein (3xAAA).

**B** Laden Sie die App Terraillon Wellness Coach - Health herunter.



**C** Erstellen Sie Ihr Benutzerkonto, indem Sie die Anweisungen in der App befolgen.

*Hinweis: Wenn Sie bereits ein Benutzerkonto für Wellness Coach – Health oder Wellness Coach – Sleep haben, melden Sie sich bitte mit Ihren Zugangsdaten an. Gehen Sie in diesem Fall zum Abschnitt „DIE MESSUNGEN BEGINNEN“.*

**D** Am Ende der Erstellung Ihres Benutzerkontos fragt Sie die App, welches verbundene Terraillon-Produkt Sie verwenden möchten: Klicken Sie auf Nährwertküchenwaage.

**E** Prüfen Sie, ob die Bluetooth-Funktion auf Ihrem Smartphone aktiviert ist.

**F** Betätigen Sie das Bedienfeld EIN/AUS von NUTRITAB.

**G** Klicken Sie in der App Wellness Coach-Health auf die Registerkarte „MEINE ERNÄHRUNG“ und dann auf „VERBUNDENE WAAGE VERWENDEN“: Wenn eine Verbindung hergestellt wurde, erscheint auf der Anzeige von NUTRITAB ein Bluetooth-Logo.

**H** Ihre NUTRITAB wird automatisch mit Ihrer App Wellness Coach – Health verbunden und ist einsatzbereit.




## ERSTE MESSUNGEN

### → ZUTAT ABWIEGEN:

- A** Prüfen Sie, ob die Bluetooth-Funktion auf Ihrem Smartphone aktiviert ist.
- B** Stellen Sie die Küchenwaage NUTRITAB auf eine feste und ebene Fläche.
- C** Betätigen Sie das Bedienfeld EIN/AUS von NUTRITAB.
- D** Klicken Sie in der App Wellness Coach-Health auf die Registerkarte „MEINE ERNÄHRUNG“ und dann auf „VERBUNDENE WAAGE VERWENDEN“: Wenn eine Verbindung hergestellt wurde, erscheint auf der Anzeige von NUTRITAB ein Bluetooth-Logo.
- E** Legen Sie das Nahrungsmittel auf NUTRITAB. Das Gewicht wird auf der LCD-Anzeige und in der App Wellness Coach - HEALTH angezeigt.
- F** Geben Sie das Nahrungsmittel ein, das Sie gerade abwiegen: Die App zeigt Ihnen die Nährwerte Ihres Nahrungsmittels an.
- G** Tippen Sie auf „DIESES LEBENSMITTEL HINZUFÜGEN“.
- H** Geben Sie den Tag, die Uhrzeit und die Art der Mahlzeit ein und weisen Sie die Menge dann einer oder mehreren Personen zu (manuell oder durch Abwiegen der Menge mit der verbundenen Küchenwaage nach dem Betätigen des Symbols ).
- I** Tippen Sie auf „DIESES PRODUKT HINZUFÜGEN“, um diese Zutat zu Ihrem Ernährungstagebuch hinzuzufügen.

### → REZEPT ANLEGEN:

- A** Wiederholen Sie die Schritte A bis F des Abschnitts „ZUTAT ABWIEGEN“ und tippen Sie auf „ANDERES NAHRUNGSMITTEL HINZUFÜGEN“.  
*Hinweis: Nutzen Sie die Tarafunktion (TARE), wenn Sie ein Gefäß auf NUTRITAB stellen und die Zutaten nach und nach in dieses Gefäß geben möchten.*
- B** Wenn alle Nahrungsmittel hinzugefügt wurden, tippen Sie auf „MEIN REZEPT ABSCHLIESSEN“, sodass eine Übersicht Ihres Rezepts angezeigt wird. Geben Sie Ihrem Rezept danach einen Namen und tippen Sie auf „DIESES REZEPT VERWENDEN“.
- C** Geben Sie den Tag, die Uhrzeit und die Art der Mahlzeit ein und weisen Sie die Menge dann einer oder mehreren Personen zu (manuell oder durch Abwiegen der Menge mit der verbundenen Küchenwaage nach dem Betätigen des Symbols ).
- D** Tippen Sie auf „DIESES REZEPT HINZUFÜGEN“, um dieses Rezept zu Ihrem Ernährungstagebuch hinzuzufügen.

## WEITERE FUNKTIONEN DER APP


### → **PRODUKT SCANNEN:**

Tippen Sie in der Registerkarte MEINE ERNÄHRUNG auf „PRODUKT SCANNEN“, um die Energiewerte eines Produkts ausgehend von dessen Strichcode zu Ihrem Ernährungstagebuch hinzuzufügen. Scannen Sie den Strichcode des Produkts mit dem Fotoapparat Ihres Smartphones. Ist das Nahrungsmittel gelistet, tippen Sie auf „DIESES PRODUKT HINZUFÜGEN“. Ist es nicht gelistet, verwenden Sie die Funktion „MANUELL ERFASSEN“.

### → **MANUELL ERFASSEN:**

Tippen Sie in der Registerkarte MEINE ERNÄHRUNG auf „MANUELL ERFASSEN“, um die Energiewerte eines Produkts zu Ihrem Ernährungstagebuch hinzuzufügen. Verschieben Sie die verschiedenen Cursors, um die Energiewerte einzugeben. Klicken Sie dann auf „DIESES PRODUKT HINZUFÜGEN“.

### → **REZEPTHEFT:**

Tippen Sie in der Registerkarte MEINE ERNÄHRUNG auf „MEIN REZEPTHEFT VERWENDEN“, um auf die Rezepte zurückzugreifen, die Sie bereits gespeichert haben. Wählen Sie Ihr Rezept aus der Liste aus. Weisen Sie die Menge dann einer oder mehreren Personen zu (manuell oder durch Abwiegen der Menge mit der verbundenen Küchenwaage nach dem Betätigen des Symbols ).

## WEITERE FUNKTIONEN DER WAAGE

### → **NUTRITAB AUSSCHALTEN:**

Betätigen Sie zum Ausschalten von NUTRITAB 3 Sekunden lang das Bedienfeld EIN/AUS.

### → **UMRECHNUNG FLÜSSIGKEITEN/EINHEITEN:**

Drücken Sie zum Ändern der Einheiten kurz auf das Bedienfeld M/UNIT: g > ml > oz > fl.oz > g.

### → **AUTOMATISCHE NULLSTELLUNG:**

Schalten Sie NUTRITAB ein. Stellen Sie Ihr Gefäß bzw. legen Sie Ihr Nahrungsmittel auf die Waage. Betätigen Sie dann das Bedienfeld ON/OFF/TARE, um die Anzeige auf Null zu setzen. Sie können nun die nächste Zutat hinzufügen. Wiederholen Sie dann diesen Schritt.

### → TIMER-FUNKTION:

Der Timer geht nach 199 Minuten auf Null zurück. Betätigen Sie das Bedienfeld EIN/AUS, um die Einstellung oder die Laufzeit des TIMERS zu stoppen.

- Betätigen Sie das Bedienfeld TIMER.
- Drücken Sie kurz auf M/UNIT, um 1 Minute hinzuzufügen und länger als 2 Sekunden, um 10 Minuten hinzuzufügen.
- Drücken Sie kurz auf das Bedienfeld S, um 1 Sekunde hinzuzufügen und länger als 2 Sekunden, um 10 Sekunden hinzuzufügen.
- Betätigen Sie nach Einstellung der Zeit das Bedienfeld TIMER, um die Funktion zu starten.
- Betätigen Sie das Bedienfeld TIMER, um eine Pause einzulegen und die Zeit zu ändern. Betätigen Sie das Bedienfeld danach erneut, um die Funktion fortzusetzen.
- Drücken Sie 2 Sekunden lang auf das Bedienfeld TIMER, um den TIMER zu deaktivieren.

## WARTUNG

Benutzen Sie nur ein feuchtes Tuch. Verwenden Sie NIE Reinigungsmittel oder sonstige chemische Produkte.  
Dieses Produkt ist nicht geeignet für die Spülmaschine und Mikrowelle.

## GARANTIE & UMWELTSCHUTZSYMBOL

Für dieses Produkt besteht eine 2-Jahres-Garantie gegen Material- und Fabrikationsfehler. Während dieses Zeitraums werden diese Fehler kostenlos repariert (wenn die Waage unter Garantie steht, muss ein Kaufnachweis vorgelegt werden). Diese Garantie deckt keine Schäden, die aus Unfällen, unsachgemäßer Verwendung oder Nachlässigkeit entstehen. Bei Reklamationen wenden Sie sich bitte an das Geschäft, in dem Sie die Blutdruckmessgerät erworben haben.



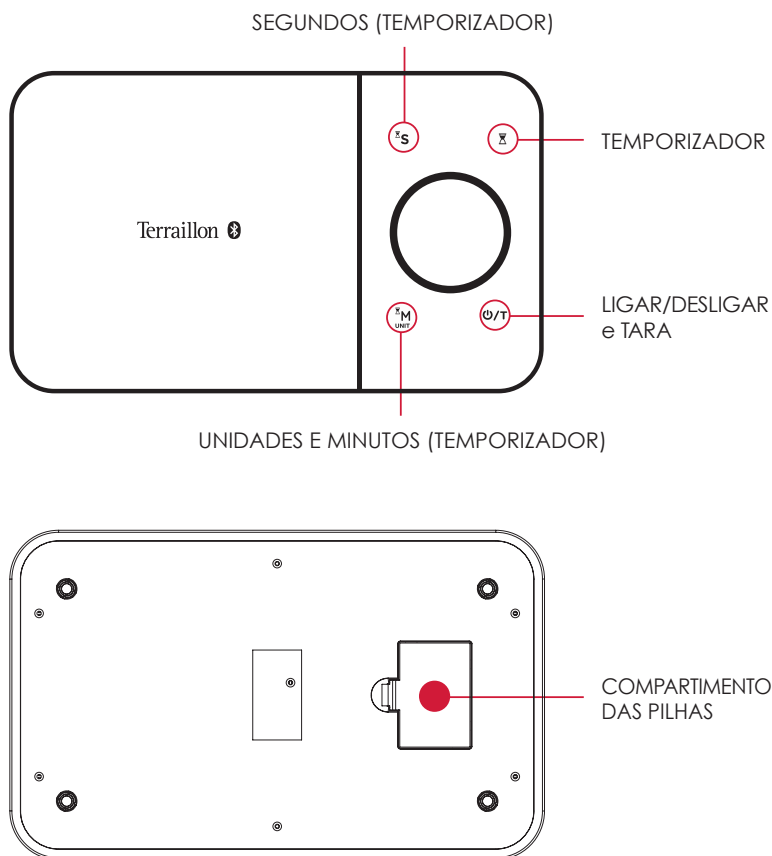
Elektrische Geräte getrennt von Hausmüll entsorgen. Bitte nach Möglichkeit recyceln. Erkundigen Sie sich bei Ihrem Händler oder Ihrer Gemeinde nach Recyclingmöglichkeiten.

Obrigado por ter escolhido a balança de nutrição conectada Terraillon NUTRITAB.

**OBTENHA MAIS INFORMAÇÕES SOBRE**

<http://www.terraillon.com>

## VISÃO GERAL



## PRIMEIRA INSTALAÇÃO

**A** Insira as pilhas (3xAAA).

**B** Descarregue a aplicação Terraillon Wellness Coach - Health.



**C** Crie a sua conta seguindo as indicações na aplicação.

*Nota: Se já tem uma conta em Wellness Coach - Health ou Wellness Coach - Sleep, ligue-se com os seus identificadores. Nesse caso, consulte a secção «COMEÇAR A UTILIZAÇÃO».*

**D** No fim da criação da sua conta, a aplicação pergunta-lhe que produto ligado Terraillon deseja utilizar: clique em Balança de cozinha nutricional.

**E** Verifique que a função Bluetooth no seu Smartphone está ativa.


**F** Prima o botão LIGAR/DESLIGAR da NUTRITAB.

**G** Na aplicação Wellness Coach – Health, clique no separador «A MINHA NUTRIÇÃO» e, depois, em «UTILIZAR A BALANÇA LIGADA»: aparece um logotipo Bluetooth no ecrã da NUTRITAB se a ligação foi estabelecida.

**H** A sua NUTRITAB é ligada automaticamente à sua aplicação Wellness Coach - Health e está pronta a usar.

## COMEÇAR A UTILIZAÇÃO


### → PESAR UM INGREDIENTE:

- A** Verifique que a função Bluetooth no seu Smartphone está ativa.
- B** Utilize a balança de cozinha NUTRITAB sobre uma superfície dura e plana.
- C** Prima o botão LIGAR/DESLIGAR da NUTRITAB.
- D** Na aplicação Wellness Coach - Health, clique no separador «A MINHA NUTRIÇÃO» e, depois, em «UTILIZAR A BALANÇA LIGADA»: aparece um logotipo Bluetooth no ecrã da NUTRITAB se a ligação foi estabelecida.
- E** Coloque o alimento sobre a NUTRITAB. O peso é apresentado no ecrã LCD e na aplicação Wellness Coach - HEALTH.
- F** Indique o alimento que vai pesar: a aplicação dá-lhe os valores nutricionais do seu alimento.
- G** Clique em «ADICIONAR ESTE ALIMENTO».
- H** Indique o dia, a hora e o tipo de refeição e, depois, atribua a quantidade a um ou vários utilizadores (manualmente ou pesando a quantidade com a balança de cozinha ligada depois de ter carregado no símbolo ).
- I** Clique em «ADICIONAR ESTE PRODUTO» para adicionar este ingrediente ao seu diário nutricional.

### → CRIAR UMA RECEITA:

- A** Repita as etapas de A a F da secção «PESAR UM INGREDIENTE» e clique em «ADICIONAR OUTRO ALIMENTO».

*Nota: Utilize a função TARA para colocar um recipiente sobre a NUTRITAB e lhe ir adicionando ingredientes sucessivamente.*

- B** Uma vez adicionados todos os alimentos, clique em «TERMINAR A MINHA RECEITA» para ter uma recapitulação da receita, dê-lhe um nome e clique em «USAR ESTA RECEITA».
- C** Indique o dia, a hora e o tipo de refeição e, depois, atribua a quantidade a um ou vários utilizadores (manualmente ou pesando a quantidade com a balança de cozinha ligada depois de ter carregado no símbolo ).
- D** Clique em «ADICIONAR ESTA RECEITA» para adicionar esta receita ao seu diário nutricional.

## OUTRAS FUNÇÕES DA APLICAÇÃO


### → ANALISAR UM PRODUTO:

No separador «A MINHA NUTRIÇÃO», clique em «ANALISAR UM PRODUTO» para adicionar os valores energéticos de um produto ao seu diário nutricional a partir do respetivo código de barras. Digitalize o código de barras do produto com a câmara fotográfica do smartphone. Se o alimento estiver referenciado, clique em «ADICIONAR ESTE PRODUTO». Se não for encontrado, utilize a função «INSERIR MANUALMENTE».

### → INSERIR MANUALMENTE:

No separador «A MINHA NUTRIÇÃO», clique em «INSERIR MANUALMENTE» para adicionar os valores energéticos de um produto ao seu diário nutricional. Desloque os diferentes cursores para indicar os valores energéticos e depois clique em «ADICIONAR ESTE PRODUTO».

### → LIVRO DE RECEITAS:

No separador «A MINHA NUTRIÇÃO», clique em «USAR O MEU LIVRO DE RECEITAS» para encontrar as receitas que já gravou. Escolha a sua receita e, depois, atribua a quantidade a um ou vários utilizadores (manualmente ou pesando a quantidade com a balança de cozinha ligada depois de ter carregado no símbolo )

## OUTRAS FUNÇÕES DA BALANÇA

### → DESLIGAR A NUTRITAB:

Prima o botão LIGAR/DESLIGAR durante 3 segundos para desligar a NUTRITAB.

### → CONVERSÃO DE LÍQUIDOS/UNIDADES:

Prima por breves instantes o botão M/UNIT para alterar as unidades: g→ml→oz→fl.oz→g.

### → REPOSIÇÃO AUTOMÁTICA A ZERO:

Ligar a NUTRITAB. Coloque o recipiente/alimento e, depois, prima o botão LIGAR/DESLIGAR/TARA para repor os valores a zero. Pode adicionar o ingrediente seguinte e, depois, repetir a operação.

### → FUNÇÃO DE TEMPORIZADOR:

*O temporizador regressa a 0 após 199 minutos. Prima o botão LIGAR/DESLIGAR para interromper a regulação ou a temporização do temporizador.*

- Prima o botão do temporizador.
- Prima por breves instantes o botão M/UNIT para adicionar 1 minuto; prima durante 2 segundos para adicionar 10 minutos.
- Prima por breves instantes o botão S para adicionar 1 segundo; prima durante 2 segundos para adicionar 10 segundos.
- Após ter regulado o tempo, prima o botão de temporizador para que este inicie.
- Prima o botão de temporizador para pausar e modificar o tempo e, depois, prima novamente para retomar.
- Prima o botão do temporizador durante 2 segundos para desativar o temporizador.

## WARTUNG

Utilize apenas um pano húmido. NUNCA utilize detergentes ou outros produtos químicos.

Este produto não é adequado para a máquina de lavar louça ou microondas.

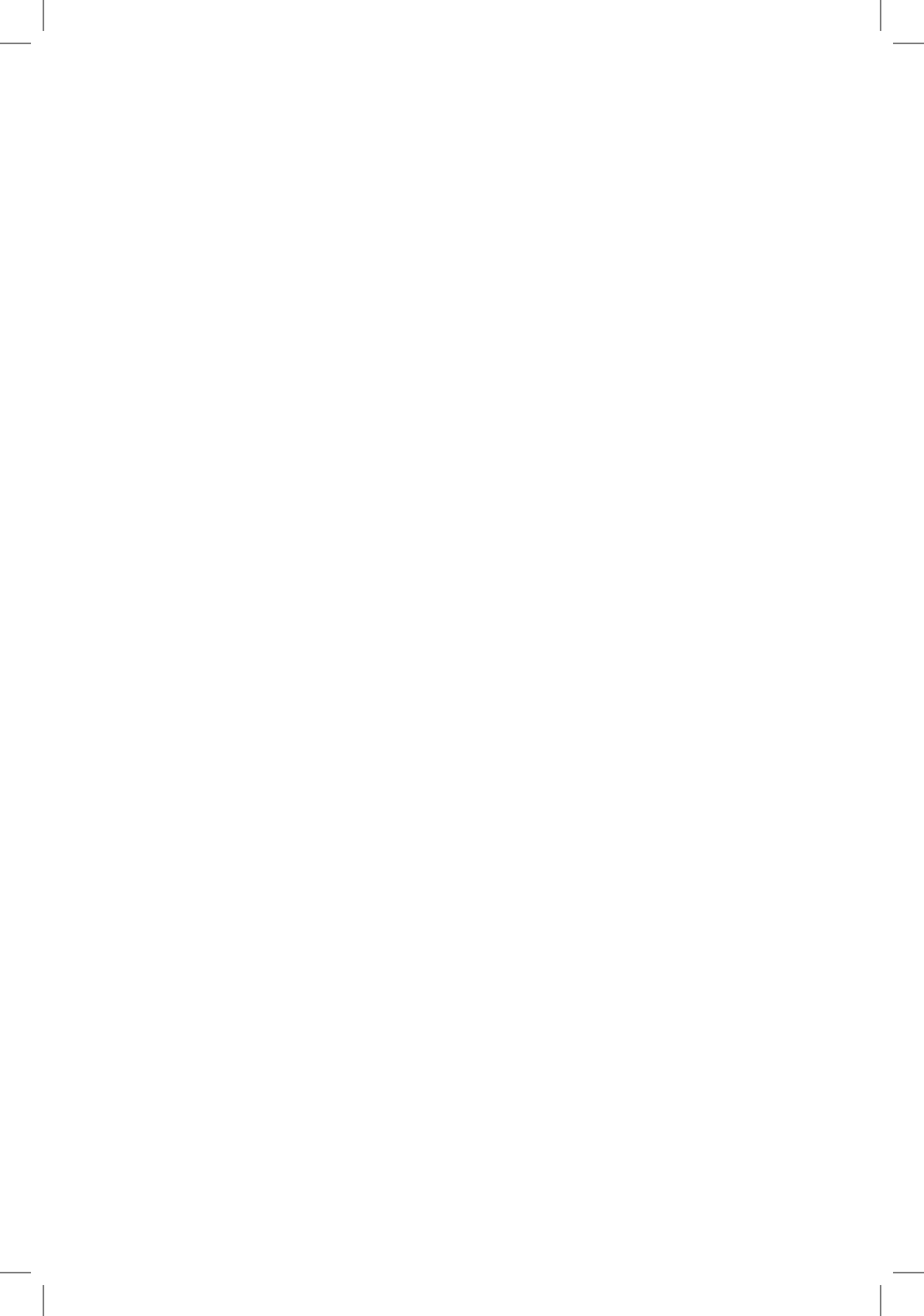
## GARANTIA & PROTEÇÃO AMBIENTAL

Este aparelho é garantido 2 anos contra qualquer defeito material e de fabrico. Durante este período, os defeitos serão reparados gratuitamente (uma prova de compra deve ser apresentada se a balança estiver abrangida pela garantia). Esta garantia não cobre os danos resultando de acidentes, utilização incorrecta ou negligência. Se quiser apresentar uma reclamação, dirija-se em primeira instância à loja onde comprou o aparelho.



Equipamentos eléctricos desativados não devem ser eliminados juntamente com os resíduos domésticos. Entregue num ponto de reciclagem existente. Consulte as autoridades locais ou o revendedor para obter informação sobre a reciclagem.









**Terraillon SAS France & Headquarters**

1, rue Ernest Gouin  
78290 Croissy-sur-Seine - France  
Service Consommateurs : 0 826 88 1789  
serviceconsommateurs@terraillon.fr

**Terraillon UK Ltd**

2 The Waterhouse  
Waterhouse Street - Hemel Hempstead  
Herts HP1 1ES - UK  
Tel: +44 (0)1442 270444 - sales@terraillon.co.uk

**Terraillon Asia Pacific Ltd**

4/F, Eastern Centre  
1065 King's Road  
Quarry Bay - Hong Kong  
Tel: + 852 (0)2960 7200  
customerservice@terraillon-asia.com

**Terraillon Corp USA**

contact@terraillon.fr

**Terraillon®**

[www.terraillon.com](http://www.terraillon.com)