

Pèse-Personne de Haute Précision Oregon Scientific™ avec Indice de Graisse Corporelle

Modèle: GA101

Manuel d'Utilisation

TABLE DES MATIERES

Introduction	2
Avertissements	2
Caractéristiques Principales	4
Fonctionnement du Pèse-personne	4
Brève Description	4
Indice de Masse Corporelle	5
Qu'est-ce que l'Indice de Masse Corporelle (IMC)?	5
Comment Interpréter l'IMC	5
Indice de Graisse Corporelle	6
Qu'est-ce que l'Indice de Graisse Corporelle?	6
Comment Mesurer la Graisse Corporelle	6
Comment Interpréter l'Indice de Graisse Corporelle	6
Comment Interpréter l'Indicateur du Pourcentage de Graisse Corporelle	7
Comment Fluctue le Taux de Graisse Corporelle	7
Consignes de Sécurité d'Entretien	8
Pour Commencer	9
Déballer le Pèse-Personne	9
Choisir un Emplacement pour le Pèse-Personne	9
Premiers Réglages	9
Entrer la Taille et l'Age d'un Utilisateur	10
Prise de mesures	11
Prise de Mesures pour un Utilisateur dont le Profil est en Mémoire	11
Prise de Mesures pour un Utilisateur Occasionnel	12
Prise de Mesures du Poids Uniquement	12
Remise à zéro	13
Remplacement des Piles	13
Guide en Cas de Problèmes	14
Spécifications	15
Ressources Supplémentaires	15

INTRODUCTION

Merci d'avoir porté votre choix sur le pèse-personne Oregon Scientific™ en tant que partenaire de votre santé. Ce pèse-personne a été conçu pour assurer un service fiable pendant de nombreuses années et inclut, entre autres, les caractéristiques suivantes :

- Calcul automatique de l'indice de masse corporelle (IMC) et de l'indice de graisse corporelle.
- Trois unités de mesure du poids au choix suivant le système métrique et le système impérial.
- Mise en marche automatique du pèse-personne lorsqu'on y pose le pied suivant un système breveté.
- Possibilité de mise en mémoire de la taille et de l'âge pour quatre utilisateurs différents (mode utilisateur occasionnel).

Ce manuel contient d'importantes informations concernant les précautions d'emploi et l'entretien de votre Pèse-Personne et fournit des instructions point par point pour l'utilisation de ce produit en toute sécurité. Conservez ce manuel dans un lieu sûr pour toute référence future.

AVERTISSEMENTS

Ce produit a été conçu et fabriqué selon les normes de sécurité les plus rigoureuses. Ce produit vous apportera de nombreuses années de satisfaction garantie, sous réserve qu'il soit utilisé et entretenu correctement. Pour une utilisation en toute sécurité et pour prolonger la durée de vie de ce produit, veuillez observer les précautions d'emploi suivantes :

A PROPOS DE L'APPAREIL

 **AVERTISSEMENT:** Il est déconseillé aux personnes auxquelles des appareils médicaux (stimulateurs cardiaques par exemple) ont été implantés, ainsi qu'aux femmes enceintes d'utiliser cet appareil.

- Ce pèse-personne est exclusivement destiné à un usage à la maison, et ne doit en aucun cas être utilisé à des fins de diagnostics médicaux.
- Les mesures de l'IMC et de l'Indice de graisse corporelle effectuées au moyen de ce pèse-personne ne sont qu'une indication de votre état général de santé. Consultez votre médecin pour un examen et un diagnostic plus approfondis.
- Les mesures de l'Indice de Graisse Corporelle et de l'Indice de Masse Corporelle sont moins précises pour les athlètes professionnels, les culturistes, les enfants, les adolescents et les personnes de plus de 65 ans en raison de leur constitution particulière. Toutefois, cet appareil peut aider les individus faisant partie des groupes précités à surveiller l'évolution de leur indice de graisse corporelle.

AVERTISSEMENTS GENERAUX

- Lisez attentivement et suivez les instructions et avertissements – Ce manuel contient des instructions et avertissements importants qui, s'ils sont suivis, permettent d'assurer une utilisation de ce produit en toute sécurité. Référez-vous au manuel d'utilisation lorsque vous installez et utilisez votre Pèse-Personne pour la première fois, puis rangez-le dans un lieu sûr pour toute référence future. Notez bien que le contenu de ce manuel est sujet à modification sans avis préalable. Les chiffres et exemples d'affichage donnés dans ce manuel sont pour référence uniquement et peuvent différer du produit qui vous est livré.

- Piles – Inverser la polarité des piles peut endommager le produit. Des types de piles différents ont des caractéristiques différentes et ne doivent pas être mélangées. Ne mélangez pas des piles neuves avec des piles usées au risque d'écourter la durée de vie des piles et de causer un écoulement de produits chimiques nocifs dans le compartiment à piles pouvant occasionner des éruptions cutanées en cas de contact avec la peau. Si les piles viennent à couler, essuyez le compartiment à piles avec un chiffon propre et lavez-vous les mains à l'eau chaude et avec du savon. Enlevez les piles si vous ne pensez pas utiliser votre Pèse-Personne sur de longues périodes.
- Liquides, humidité et corps étrangers – N'insérez jamais de corps étrangers et ne renversez jamais de liquides sur ce produit au risque de provoquer un court-circuit et d'endommager l'appareil. N'immergez pas ce produit sous l'eau.

AUTRES REMARQUES

Mise au rebut de l'appareil

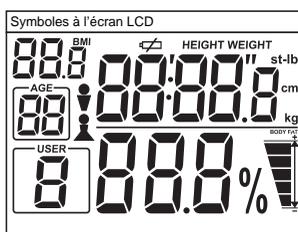
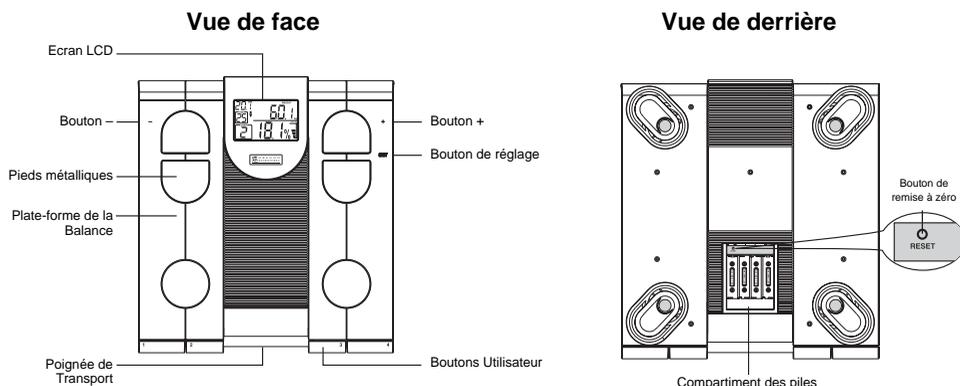
Procédez à la mise au rebut de l'appareil conformément aux réglementations locales en matière de recyclage des déchets.

Responsabilités

Oregon Scientific décline toute responsabilité en cas de perte accidentelle des données en mémoire (comme les coûts d'enregistrement ou la perte de revenu découlant d'un tel enregistrement) résultant d'un mauvais fonctionnement de l'appareil.

Oregon Scientific ne saurait être tenu responsable en cas de blessures corporelles, décès, dommages matériels ou autres plaintes de quelle que nature que ce soit résultant d'une mauvaise utilisation de l'appareil ou d'une négligence à son égard, que celle-ci soit intentionnelle ou non. En outre, Oregon Scientific ne saurait être tenu responsable de toute divergence dans l'utilisation de l'appareil par rapport aux spécifications données dans le manuel d'utilisation ou de toute modification ou réparation effectuée sans la permission du fabricant.

CARACTERISTIQUES PRINCIPALES



FONCTIONNEMENT DU PESE-PERSONNE

BREVE DESCRIPTION

Lorsque vous montez sur le pèse-personne, celui-ci mesure votre poids. L'appareil peut également vous aider à calculer automatiquement votre Indice de Masse Corporelle (IMC) et votre Indice de Graisse Corporelle, ainsi que deux indicateurs de votre état général de santé et d'obésité.

Le poids seul ne constitue pas un indicateur suffisant de votre état de santé étant donné qu'il ne fait aucune différenciation entre les muscles, les tissus, les os et la graisse. A ce titre, lorsqu'une personne perd du poids, cela peut être le résultat d'une perte musculaire ou d'une perte en eau mais pas d'une perte de graisse. En vue d'une meilleure compréhension de votre constitution et de votre état général de santé, l'IMC et l'Indice de Graisse Corporelle doivent également être mesurés.

Ni l'IMC, ni l'Indice de Graisse Corporelle, lorsque ces indices sont considérés individuellement, ne permet de dresser le tableau complet de votre état général de santé. Les culturistes, par exemple, ont souvent un IMC élevé (typique d'une personne obèse) mais un Indice de graisse corporelle faible (typique d'une personne en bonne santé). Dans ce cas, l'IMC ne prend pas en considération le fait que le supplément de poids est constitué par du muscle et de l'eau et non pas par de la graisse. Inversement, une personne très mince peut avoir un Indice de Graisse Corporelle faible (typique d'une personne en bonne santé) mais également un IMC inférieure au niveau acceptable (typique d'une personne en mauvaise santé). Ce qui signifie que cette personne risque d'avoir des problèmes de santé en dépit d'un Indice de Graisse Corporelle faible.

NOTE Consultez votre médecin avant de commencer un nouveau régime ou un nouveau programme de remise en forme.

INDICE DE MASSE CORPORELLE

Qu'est-ce que l'Indice de Masse Corporelle (IMC)?

L'Indice de Masse Corporelle (IMC) est une norme internationale largement utilisée qui mesure le rapport entre le poids et la taille pour déterminer l'obésité. L'IMC est exprimé dans les termes suivants:

$$\text{BMI} = \frac{\text{Poids (kg)}}{[\text{Taille (m)}]^2}$$

L'IMC n'est qu'un indicateur de votre état général de santé. A ce titre, la précision peut varier en fonction de votre constitution. Consultez votre médecin pour en savoir plus sur votre état de santé actuel.

NOTE Pour convertir des livres en kilogrammes et des pouces en mètres, reportez-vous à la table de conversion à la page 13.

Comment interpréter l'IMC

Comparez la valeur obtenue pour l'IMC avec le tableau ci-dessous pour déterminer votre état de santé actuel:

NOTE Les Asiatiques ont une échelle de valeurs pour l'IMC distincte en raison de leur constitution particulière.

Indication sur la Santé	Echelle de valeurs pour l'IMC	Description
 Poids Insuffisant	Inférieur à 20,0*	Votre poids est actuellement inférieur à la moyenne. Mangez sainement et à intervalles réguliers et faites quotidiennement de l'exercice pour améliorer votre santé conformément aux niveaux recommandés.
	* IMC des Asiatiques: Inférieur à 18,5	
 Poids Recommandé	20,0 – 25,0*	Votre santé est au niveau recommandé. Gardez un régime équilibré et continuez à faire de l'exercice afin de maintenir votre état de santé actuel.
	* IMC des Asiatiques: 18,5 – 23,0	
 Surcharge pondérale	25,1 – 29,9*	Votre poids est supérieur à la normale. Faites plus d'exercice et adoptez un régime alimentaire qui soit plus équilibré afin de réduire les risques de maladies graves.
	* IMC des Asiatiques: 23,0 – 29,9	
 Obésité	30,0 ou plus*	A ce stade, vous risquez de souffrir de maladies du cœur, d'hypertension et autres maladies. Consultez votre médecin pour décider d'un plan d'amaigrissement et de remise en forme adéquat.
	* IMC des Asiatiques: 30,0 ou plus	

NOTE L'IMC ne doit pas être utilisé en tant qu'indicateur des risques pour la santé pour les groupes suivants:

Groupe	Raison
Enfants et adolescents	Les échelles de valeurs pour l'IMC sont basées uniquement sur les tailles adultes.
Athlètes et culturistes	L'IMC ne fait aucune différenciation entre la graisse et la masse musculaire, ce qui le rend par conséquent inapplicable pour les personnes ayant une masse musculaire élevée.
Femmes enceintes ou qui allaitent	Ce groupe constitue naturellement des réserves importantes de graisse du fait de la grossesse.
Personnes âgées de plus de 65 ans	Les réserves en graisse sont naturellement plus importantes chez les personnes plus âgées.

Références:

1. Jequier, E. (1987) Energy, obesity, and body weight standards.
2. American Journal of Clinical Nutrition, 45, 1035-1047
3. Japan Society for the Study of Obesity
4. The Weight Loss Research Center
5. myDr. (www.mydr.com.au)

INDICE DE GRAISSE CORPORELLE

Qu'est-ce que l'Indice de Graisse Corporelle?

L'Indice de Graisse Corporelle est la mesure du pourcentage total de graisse dans le corps. Par exemple, si vous pesez 70 kg et que votre Indice de Graisse Corporelle est de 15%, vous avez dans le corps 10,5 kg de graisse. Le reste est composé de muscles, d'os, de tissus et d'eau.

Pour les personnes qui souffrent d'une surcharge pondérale, c'est l'excès de graisse et non pas seulement le poids qui représente un risque pour la santé. Etant donné que le corps est composé d'éléments qui ont des densités différentes, le poids et l'IMC ne peuvent pas mesurer avec exactitude l'excès de graisse chez une personne. Par exemple, deux personnes qui font le même poids et qui ont le même IMC peuvent avoir des constitutions très différentes. L'une peut présenter un excès de graisse tandis que l'autre présente une quantité acceptable de graisse, nécessaire aux différentes fonctions physiologiques. A ce titre, une mesure de l'Indice de Graisse Corporelle permet d'évaluer efficacement votre état de santé actuel.

NOTE Une quantité de graisse essentielle est nécessaire aux différentes fonctions physiologiques, étant donné qu'elle permet de maintenir la température corporelle et de protéger les organes et les tissus.

Comment mesurer la graisse corporelle

Le pèse-personne utilise la méthode de l'Analyse de l'Impédance Bioélectrique (AIB) pour mesurer la graisse corporelle. Cette méthode permet d'effectuer des mesures fiables et d'une grande précision et est largement utilisée dans le milieu médical. Le principe de l'AIB est le suivant: le pèse-personne envoie un courant électrique de faible intensité qui circule librement à travers le corps. La machine utilise ainsi ce courant électrique (ainsi que l'âge, le sexe, la taille, le poids et la constitution de la personne) pour calculer l'Indice de graisse corporelle.



Diagramme de mesure du AIB d'un pied à l'autre

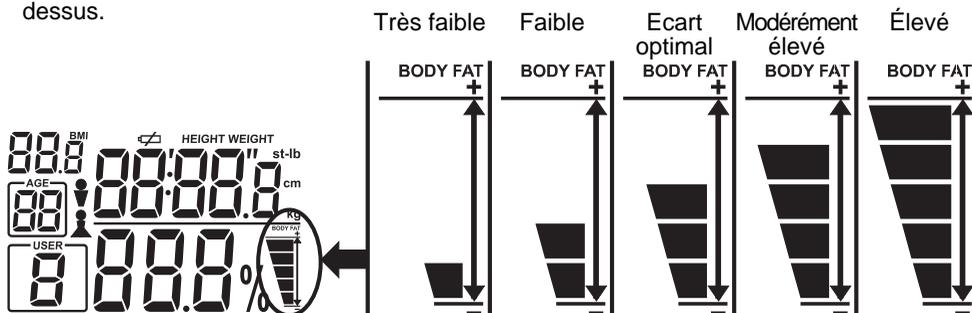
Comment interpréter l'Indice de Graisse Corporelle

Comparez la valeur obtenue pour l'Indice de Graisse Corporelle au tableau ci-dessous pour déterminer votre état de santé actuel:

Sexe	Pourcentage de Graisse Corporelle	Tranche d'Age en Années			
		Moins de 30 ans	30-39	40-49	Plus de 49 ans
Homme Adulte	Elevé	>28%	>29%	>30%	>31%
	Modérément élevé	22-28%	23-29%	24-30%	25-31%
	Ecart Optimal	11-21%	12-22%	13-23%	14-24%
	Faible	6-10%	7-11%	8-12%	9-13%
	Très faible	<6%	<7%	<8%	<9%
Femme Adulte	Elevé	>32%	>33%	>34%	>35%
	Modérément élevé	26-32%	27-33%	28-34%	29-35%
	Ecart Optimal	15-25%	16-26%	17-27%	18-28%
	Faible	12-14%	13-15%	14-16%	15-17%
	Très faible	<12%	<13%	<14%	<15%

Comment Interpréter l'Indicateur du Pourcentage de Graisse Corporelle

En plus de l'affichage de l'Indice de Graisse Corporelle, le pèse-personne affiche également un Indicateur du Pourcentage de Graisse Corporelle sur l'écran LCD afin de vous aider à évaluer immédiatement votre état de santé actuel sans avoir à vous référer au tableau ci-dessus.



Pourcentage de Graisse Corporelle	Cause
Très élevé	L'Indice de Graisse Corporelle à ce niveau indique que la personne est obèse, à un degré tel que cela peut avoir de graves répercussions sur l'état de santé de la personne. Le maintien d'un tel pourcentage peut, sur le long terme, exposer la personne à des risques d'hypertension, de maladie de cœur et de diabète. Consultez votre médecin pour établir un programme d'amaigrissement et de remise en forme adéquat.
Elevé	La personne présente une surcharge pondérale. L'adoption d'un régime alimentaire équilibré et le suivi d'un programme de remise en forme sont fortement recommandés.
Optimal	Il s'agit du pourcentage de graisse idéal pour un individu moyen.
Faible	Pour un athlète, il s'agit du pourcentage souhaité de graisse corporelle. Pour un individu moyen, l'adoption d'un régime alimentaire plus régulier devrait être envisagé pour une constitution plus équilibrée.
Très faible	Le pourcentage de graisse corporelle est dangereusement bas. Il est conseillé à une personne affichant un tel pourcentage d'adopter un régime alimentaire plus régulier. Le maintien d'une telle constitution peut exposer une personne à des risques de malnutrition et à d'autres risques pour la santé.

Référence:

1. Robert M. Ross, Andrew S. Jackson: Exercise concepts, calculations, and computer applications.

Carmel, Ind.: Benchmark Press, 1990.

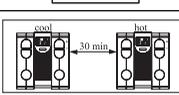
Comment fluctue le taux de graisse corporelle

Il est recommandé de déterminer un créneau horaire pour la mesure de la graisse corporelle et de contrôler cette mesure régulièrement dans les mêmes conditions. Idéalement, le niveau d'hydratation du corps est plus stable en fin d'après-midi, juste avant le dîner. Tenez compte également des nombreux facteurs qui peuvent altérer la lecture des données relatives à la graisse corporelle d'un individu, notamment le fait de consommer de l'alcool, prendre un bain, faire de l'exercice, le réveil, manger, fièvre et maladies.

CONSIGNES DE SECURITE ET D'ENTRETIEN

ENTRETIEN DE VOTRE PESE-PERSONNE

Pour profiter au maximum de ce produit, veuillez respecter les consignes suivantes.

	Nettoyez votre Pèse-Personne avec un chiffon légèrement humide. N'utilisez pas de détergents abrasifs ou corrosifs.
	N'essayez pas de réparer ce pèse-personne de vous-même au risque d'invalider la garantie et de vous exposer à des tensions dangereusement élevées. Contactez le revendeur ou un réparateur qualifié si le produit nécessite un entretien. Ne rangez pas votre Pèse-Personne en position verticale.
	Ne rangez pas votre Pèse-Personne en position verticale.
	Ne posez pas d'objets sur votre Pèse-Personne et ne le laissez pas en position verticale.
	Maintenez votre Pèse-Personne à l'abri des chocs, de la poussière, des fluctuations importantes de températures ou de l'humidité.
	Laissez reposer votre Pèse-Personne pendant au moins 30 minutes en cas d'un changement important des conditions environnantes (par ex., lorsque vous transportez le pèse-personne de l'extérieur vers une pièce climatisée).

PRECAUTIONS D'EMPLOI

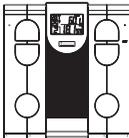
Veuillez observer les précautions d'emploi suivantes lorsque vous installez et utilisez votre Pèse-Personne.

	N'immergez pas l'appareil sous l'eau et ne le posez pas sur une surface humide.
	Ne laissez pas votre Pèse-Personne à proximité de sources de chaleur telles que radiateurs, cuisinières et autres appareils de chauffage.
	N'utilisez pas votre Pèse-Personne sur une surface inégale.
	Utilisez des pieds pour tapis (fournis) si vous posez votre Pèse-Personne sur un tapis.

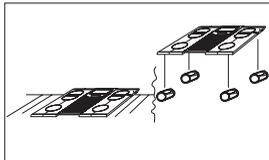
POUR COMMENCER

DEBALLER LE PESE-PERSONNE

Lorsque vous déballez votre Pèse-Personne, conservez tous les matériaux d'emballage dans un lieu sûr, au cas où vous auriez à transporter ou à renvoyer le produit pour examen ou réparation.

Le pèse-personne	4 piles AA de 1,5-V	Le manuel d'utilisation	4 pieds pour tapis
			

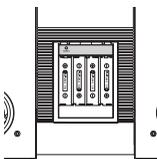
Choisir un Emplacement pour le Pèse-Personne

Diagramme	Instructions
	Placez le pèse-personne sur une surface plane et dure. Evitez les tapis épais ou utilisez les pieds pour tapis fournis.

NOTE Lorsque vous posez le Pèse-Personne sur le sol, « CAL » s'affiche à l'écran LCD. Ceci indique que l'appareil effectue un étalonnage. Laissez l'appareil sur le sol pendant 1 à 2 secondes pour permettre à l'étalonnage automatique de s'effectuer.

Premiers réglages

Pour régler votre Pèse-Personne:

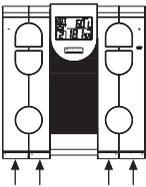
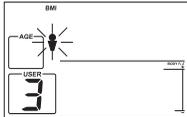
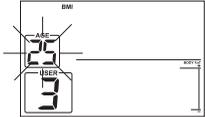
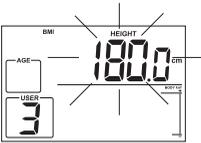
Diagramme	Instructions
	Enlevez et jetez la languette en plastique transparent à l'intérieur du compartiment à piles.

Entrer la Taille et l'Age d'un Utilisateur

Avec cet appareil, vous pouvez entrer en mémoire l'âge et la taille de quatre personnes (utilisateurs 1 à 4) qui utilisent régulièrement le pèse-personne.

Une fois que vous avez entré la taille et l'âge d'un utilisateur, le GA101 peut calculer automatiquement l'Indice de Masse Corporelle (IMC) et l'Indice de Graisse Corporelle à chaque fois que cette personne utilise le Pèse-Personne.

NOTE Lorsque les piles sont en perte de puissance, il n'est pas possible d'entrer la taille et l'âge en mémoire.

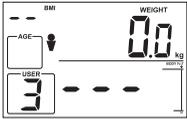
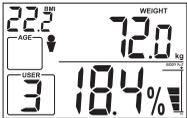
Diagramme	Instructions
	<ol style="list-style-type: none">1. Les quatre utilisateurs sont représentés par les quatre boutons utilisateur situés sur le devant de l'appareil. Appuyez sur 1, 2, 3, ou 4 pour sélectionner un utilisateur au choix. NOTE Faites attention de ne pas entrer votre âge et votre taille sur le profil existant de quelqu'un d'autre.
	<ol style="list-style-type: none">2. Sélectionnez votre sexe:<ol style="list-style-type: none">2.1 Appuyez sur set et maintenez le bouton enfoncé jusqu'à ce que l'icône Homme se met à clignoter.2.2 Appuyez sur + ou - pour sélectionner votre sexe.2.3 Appuyez sur set pour confirmer votre sélection.
	<ol style="list-style-type: none">3. Entrez votre âge :<ol style="list-style-type: none">3.1 Appuyez sur + ou - pour ajuster la valeur.3.2 Appuyez sur set pour confirmer.
	<ol style="list-style-type: none">4. Entrez votre taille<ol style="list-style-type: none">4.1 Appuyez sur + ou - pour ajuster la valeur.4.2 Appuyez sur set pour confirmer.

PRISE DE MESURES

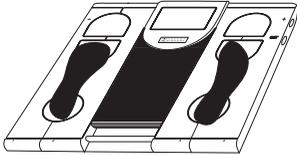
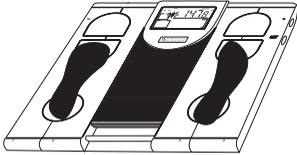
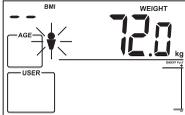
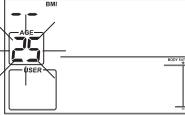
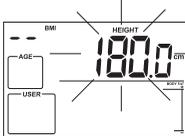
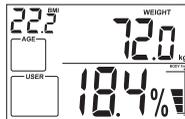
Si vous avez entré le profil d'un utilisateur, vous pouvez utiliser les données en mémoire pour calculer automatiquement le poids, l'IMC et l'Indice de Graisse Corporelle. Pour les utilisateurs dont le profil n'est pas en mémoire, vous pouvez prendre les mesures en tant « qu'utilisateur occasionnel ».

NOTE Il est indispensable de monter sur le pèse-personne à pieds nus. Le signal électrique émis par le Pèse-Personne ne peut pas effectuer de relevés si vous porte des chaussettes ou des chaussures.

PRISE DE MESURES POUR UN UTILISATEUR DONT LE PROFIL EST EN MÉMOIRE

Diagramme	Instructions
	<p>1. Appuyez sur l'un des boutons utilisateur 1, 2, 3 ou 4 pour sélectionner l'utilisateur correspondant à votre profil. L'écran LCD affiche votre taille, votre sexe et votre âge.</p>
	<p>2. Attendez que les données disparaissent et que le poids "0.0" s'affiche.</p>
	<p>3. Montez sur le pèse-personne. Restez immobile pendant toute la durée de la prise. L'appareil émet un bip sonore lorsque la mesure est terminée. Le poids, l'IMC et l'Indice de Graisse Corporelle s'affichent.</p> <p>NOTE Si "Err1" s'affiche, cela signifie que l'appareil est instable pendant la prise de mesure. Assurez-vous que le Pèse-Personne est posé sur une surface plane et restez immobile pendant la prise. Utilisez les pieds pour tapis si le sol est irrégulier. Descendez de l'appareil et reprenez à zéro.</p> <p>NOTE Si "Err2" s'affiche, cela signifie que vous êtes monté trop tôt sur le Pèse-Personne. Descendez de l'appareil et reprenez à zéro.</p> <p>NOTE Si "oL" s'affiche, cela signifie que la charge maximale autorisée par l'appareil est excédée. Descendez de l'appareil et faites un autre essai en tenant compte de la charge maximale autorisée de 150kg.</p> <p>NOTE Si vous attendez trop longtemps pour monter sur le Pèse-Personne, l'affichage LCD s'éteint. Descendez de l'appareil et reprenez les instructions au début.</p>

PRISE DE MESURES POUR UN UTILISATEUR OCCASIONNEL

Schéma	Instructions
	<p>1. Pour les utilisateurs dont le profil n'est pas en mémoire, il suffit de monter sur le Pèse-Personne lorsque l'écran LCD est vierge.</p> <p>NOTE Si "Err 1" s'affiche, cela signifie que l'appareil est instable pendant la prise de mesure. Assurez-vous que le Pèse-Personne est posé sur une surface plane et restez immobile pendant la prise. Utilisez les pieds pour tapis si le sol est irrégulier. Descendez de l'appareil et reprenez à zéro.</p> <p>NOTE Si "Err 2" s'affiche, cela signifie que vous êtes monté trop tôt sur le Pèse-Personne. Descendez de l'appareil et reprenez à zéro.</p>
	<p>2. Restez immobile pendant la prise. L'appareil émet un signal sonore et l'icône « Homme » se met à clignoter.</p> <p>NOTE Si "oL" s'affiche, cela signifie que la charge maximale autorisée par l'appareil est excédée. Descendez de l'appareil et faites un autre essai en tenant compte de la charge maximale autorisée de 150kg.</p>
	<p>3. Descendez de l'appareil et sélectionnez votre sexe:</p> <p>3.1 Appuyez sur + ou - pour sélectionner votre sexe.</p> <p>3.2 Appuyez sur  pour confirmer.</p>
	<p>4. Entrez votre âge:</p> <p>4.1 Appuyez sur + ou - pour ajuster la valeur.</p> <p>4.2 Appuyez sur  pour confirmer.</p>
	<p>5. Entrez votre taille:</p> <p>5.1 Appuyez sur + ou - pour ajuster la valeur.</p> <p>5.2 Appuyez sur  pour confirmer.</p>
	<p>6. Votre poids, l'IMC et l'Indice de Graisse Corporelle s'affichent.</p>

PRISE DE MESURES DU POIDS UNIQUEMENT

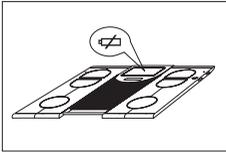
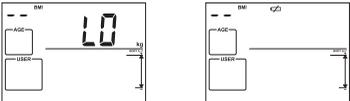
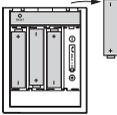
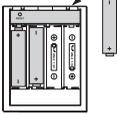
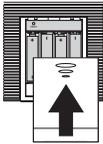
Votre Pèse-Personne est équipé d'un mécanisme breveté STEP-ON qui vous permet de mesurer votre poids sans avoir à allumer le Pèse-Personne. Vous n'avez plus à attendre que les mesures soient prises comme avec la plupart des pèse-personnes en vente sur le marché. Pour mesurer uniquement votre poids, il vous suffit de monter sur la balance et de descendre lorsque votre poids s'affiche. Vous pouvez également appuyer sur votre bouton utilisateur puis monter sur la balance lorsque "0.0" s'affiche à l'écran. Restez sur la balance jusqu'à ce que votre poids s'affiche. Après quelques instants, votre IMC est également calculé.

REMISE A ZERO

Le bouton de remise à zéro est situé dans le compartiment à piles à l'arrière de l'appareil. Utilisez une pointe non tranchante, par exemple un trombone, pour enfoncer le bouton.

REMPACEMENT DES PILES

Ce produit est alimenté par quatre (4) piles AA de 1,5 volts (fournies).

Schéma	Instructions
	<p>1. Remplacez les piles si l'un des symboles suivants apparaît à l'affichage.</p> 
	<p>2. Enlevez les piles usées et mettez-les de côté.</p>
	<p>3. Insérez les piles neuves en respectant les indications de polarités à l'intérieur du compartiment.</p>
	<p>4. Remettez la trappe du compartiment à piles en place et refermez-la.</p> <p>NOTE "CAL" apparaît à l'écran lorsque vous posez le Pèse-Personne sur une surface plane. Laissez l'appareil sur le sol pendant 1 à 2 secondes pour permettre à l'étalonnage automatique de s'effectuer.</p>

NOTE Les piles peuvent nuire à l'environnement. Contactez votre organisme de gestion des déchets local pour un recyclage approprié.

GUIDE EN CAS DE PROBLEMES

Cette section inclut une liste de questions fréquemment posées concernant des problèmes que vous pouvez rencontrer dans l'utilisation de votre pèse-personne. Si selon vous, votre Pèse-Personne ne fonctionne pas de façon optimale, vérifiez les points suivants avant de le renvoyer pour examen ou réparation.

Problème	Symptôme	Vérifier ceci	Solution
Aucune alimentation	L'affichage est faible.	Les piles sont en perte de puissance.	Remplacez les piles par des piles neuves (p.13).
	Il n'y a rien à l'affichage.	Les piles sont mortes.	Remplacez les piles par des piles neuves (p.13).
		Les piles sont mal installées.	Installez les piles correctement (p.13).
Message d'erreur	L'affichage indique ∞ .	Les piles sont en perte de puissance.	Remplacez les piles.
	Err_1 apparaît à l'affichage.	Le poids sur le Pèse-Personne est inégalement distribué ou instable.	Restez immobile et placez l'appareil sur une surface plane. Utilisez des pieds pour tapis si le sol est recouvert d'un tapis ou irrégulier.
	Err_2 apparaît à l'affichage.	Vous êtes monté trop tôt sur le Pèse-Personne.	Pour l'utilisateur dont le profil est en mémoire, attendez jusqu'à ce que l'affichage indique "0.0" avant de monter sur le Pèse-Personne.
Problème d'Affichage du Poids, de l'IMC, et de l'Indice de Graisse Corporelle	L'appareil indique "oL" lors de la pesée.	Le Pèse-Personne est surchargé.	La charge maximale est de 150kg. Descendez du Pèse-Personne.
	La mesure est incorrecte.	Le Pèse-Personne n'est pas à plat ou est posé sur un tapis.	Utilisez les pieds pour tapis fournis ou placez l'appareil sur une surface plane ou même dure.
		L'utilisateur porte des chaussettes ou des chaussures.	Enlevez vos chaussettes, chaussures et autres objets lourds avant d'utiliser le Pèse-Personne.
		Le sexe, l'âge ou la taille entré par l'utilisateur est incorrect.	Entrez à nouveau vos données d'utilisateur avec les valeurs correctes.
		Les relevés varient fortement après une courte période.	Les variations de la graisse corporelle pendant la journée sont normales. Reportez-vous à la p.7 pour plus d'informations à ce sujet.
Le poids ne s'affiche pas.	L'appareil doit être remis à zéro.	Remettez le Pèse-Personne à zéro (p.13).	

SPECIFICATIONS

Dimensions:

Largeur x profondeur x hauteur 315(L) x 340(P) x 50(H) mm

Poids : 1,8kg (sans les piles)

Mesure du Poids:

Mécanisme de pesée Système à 4 jauges de contrainte

Unités de Poids kilogramme (kg)

Charge Maximale 150kg

Graduation 0,1 kg

IMC:

Ecarts de Mesure de l'IMC Jusqu'à 50 kg/m²

Mesure de la Graisse Corporelle:

Mécanisme de Mesure Technologie BIA à 6 coussinets conducteurs

Ecarts de mesure de la graisse corporelle 5 à 75%

Résolution de l'affichage de l'Indice de Graisse Corporelle 0.1%

Sexe Homme / Femme

Age 7 à 99 ans

Mesure de la taille:

Unités de taille Centimètre (cm)

Taille min / max 80 à 230,0 cm

Résolution de la taille 0,1 cm

Energie:

Alimentation 4 piles LR6 / AA / UM-3 de 1,5V

Economie d'énergie Arrêt automatique après 5 - 10 secondes

Conditions d'utilisation:

Température ambiante 5°C ... 45°C (41°F...113°F)

à <85% d'humidité relative

Température de stockage -5°C60°C (23°F ... 140°F)

à <85% d'humidité relative

RESSOURCES SUPPLEMENTAIRES

Visitez notre site web (www.oregonscientific.com) pour en savoir plus sur votre Pèse-Personne et sur les autres produits Oregon Scientific™ tels que nos appareils-photos numériques, agendas portables, réveils et stations météo. Le site web inclut également les coordonnées de notre service clientèle, au cas où vous auriez besoin de nous contacter.



Aidez-nous à protéger l'environnement. Recyclez les emballages, les piles et le produit lorsque vous n'en avez plus besoin.

© 2003 Oregon Scientific. Tous droits réservés.