

Anleitung für den Nutridrive

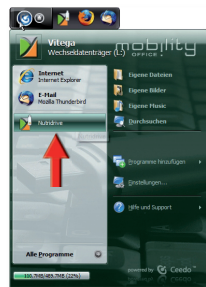
Voraussetzungen am PC: Win XP mit Servicepack 2 oder Vista, USB 2.0, möglich auch USB 1.1 (langsamer) .Net Framework 2.0 (wird vom Nutridrive automatisch erkannt ob installiert, wenn nicht dann wird Ihnen dies angezeigt und Sie müssen mit Administratorrechten das Programm vom Nutridrive auf dem PC installieren).

So starten Sie den Nutridrive:

1. Vitega Nutridrive in einen freien **USB** Port stecken
2. Der Computer erkennt den Nutridrive als **Wechsel-datenträger** automatisch und öffnet ein kleines Fenster mit verschiedenen Wahlmöglichkeiten.
3. Wählen Sie „**Nutridrive starten**“ oder „**Mobility OFFICE starten**“ im Menü aus. Das Betriebssystem des Nutridrives startet. (Bei Vista müssen Sie zwischendurch immer wieder mal bestätigen dass das Programm starten darf. Erteilen Sie etwaigen **Firewall-** oder **Virenprogrammen** den Zugriff für immer.)



4. An einem Bildschirmrand öffnet sich eine schwarze **Schnellstartleiste**. Wählen Sie zum Start der Ernährungssoftware das „**Vitegalogo**“ in der Schnellstartleiste oder den Eintrag „**Nutridrive**“ im Programmmenü indem Sie auf den großen runden Button klicken. Die Nutridrive-Software wird gestartet.



Nutridrive benutzen:

1. Die Software ist in drei Bereiche aufgeteilt. Auf der linken Seite befindet sich die **Hilfe** zum jeweiligen Eingabefeld, mittig die **Bedienung** und rechts weitere **Tipps**.



2. Die **Vorgabewerte** die Sie einhalten sollen, wurden bereits von Ihrem Vitegabereiter im Nutridrive gespeichert. Sie können direkt mit der **Textsuche** starten und Ihre Speisen eingeben.



3. **Wiederholende** tägliche Eingaben (Bsp. Frühstück) erledigen Sie am besten mit der **Standardspeisenfunktion**. Einmal festlegen und mit einem Klick in Zukunft

alles speichern. Auch mit den **Favoriten** (in der Textsuche) können Sie schnell jedes bereits einmal eingegebene Lebensmittel in einer Liste aufrufen. Weitere Infos direkt in der Software.



4. Der **Tagesplan** zeigt Ihnen alle verzehrten Speisen an und im **Diagramm** sehen Sie immer sofort wie es momentan um Ihre Soll-Ist Werte bestimmt ist. Orientieren Sie sich nur nach den **grauen Balken** die sich solange grün anfüllen bis das **Soll** erreicht ist. Überschreitungen werden in **Orange** signalisiert und sollten wenn möglich vermieden werden. Also, bleiben Sie im **grünen** Bereich!


Fett

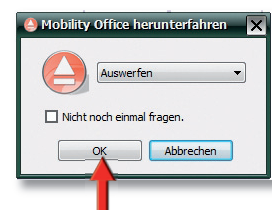


Wichtige Tipps:

1. Suchen Sie nicht nach Produktnamen sondern nach dem **Lebensmittelbegriff** (Bsp. Nicht „**Leicht&Cross**“ sondern „**Knäckebrot**“). Es ist generell unmöglich alle existierenden Lebensmittel in einer Datenbank bereit zu stellen bzw. aktualisiert zu halten. Deshalb verwenden Sie bitte eine Alternative sollte Ihr Lebensmittel nicht gefunden werden.
2. **Gramm** und **Portionsangaben** können Sie schätzen, teils die vorgegebenen **Standardportionsgrößen** übernehmen oder im besten Fall **abwiegen**.
3. Suchen Sie wenn möglich immer nur nach einem **Teil** des gesuchten Wortes (Bsp. Nicht „**Wiener Melange**“ sondern nur „**Melange**“ oder nur „**Wiener**“)
4. Bei **Salaten** ist es oft unwichtig ob Sie einen bestimmten Salat finden da in puncto „**abnehmen**“ Salat selbst kaum Kalorien hat, das **Dressing** ist aber wichtig!

Nutridrive beenden – **Wichtig!**

Der Nutridrive darf **nicht** einfach während des laufenden Betriebes aus dem PC gezogen werden, hier können Daten verloren gehen und ein **Totalausfall** ist nicht auszuschließen. Schließen Sie alle Programme  und verwenden Sie anschließend bitte immer den **kleinen Button** (neben dem großen runden Button) zum sicheren **runterfahren** und **auswerfen** des Nutridrives.



Bei **PC's im Netzwerk** von Firmen kann es sein dass der Nutridrive nicht startet. Hierzu muss der Netzwerkzuständige den **Port 52525** auf der **Firewall** des Servers freischalten.

Viel Spass beim nutridriven!