



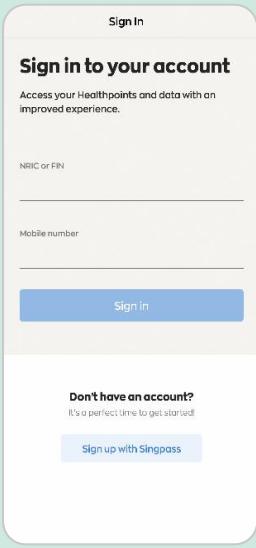
Cara mengambil penjejak kecergasan HPB anda



Langkah 1

Muat turun atau kemas kini ke versi terkini aplikasi Healthy 365*.

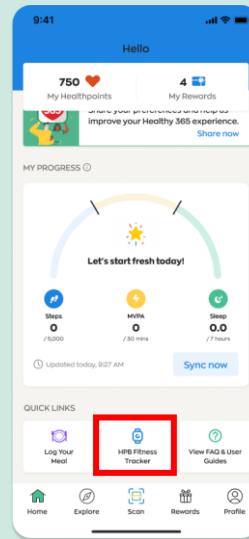
*Versi terkini aplikasi Healthy 365 memerlukan sekurang-kurangnya Android 6 atau iOS 10.



Langkah 2

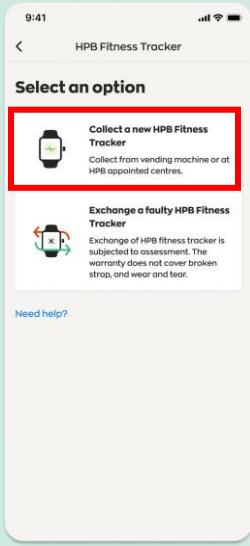
Cipta atau pulihkan profil anda dengan mengikut arahan pada skrin.

Nota: Semua profil Healthy 365 mesti disahkan menggunakan Singpass. Klik [di sini](#) untuk panduan langkah demi langkah tentang proses pengesahan Singpass.



Langkah 3

Pergi ke "Laman Utama" di bahagian "Pautan Pantas", ketik "Penjejak kecergasan HPB".



Langkah 4

Ketik "Ambil penjejak kecergasan HPB baharu".



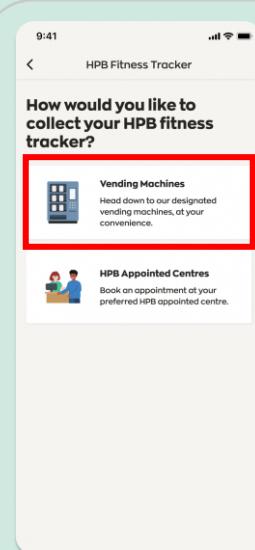
Langkah 5

Pilih kaedah pengambilan anda, dengan mengetik "Ambil sendiri" ATAU "Lantik seseorang untuk mengambil bagi pihak saya".

Jika anda melantik seseorang untuk mengambil bagi pihak anda, sila teruskan ke langkah 12.

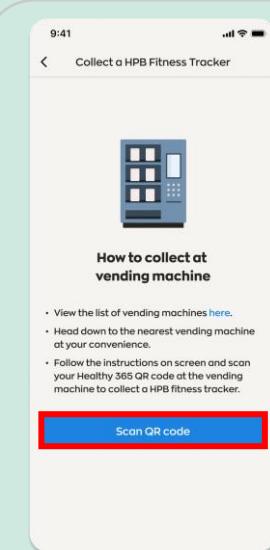


Kaedah 1: Ambil sendiri di mesin layan diri



Langkah 6a

Ketik "Mesin Layan Diri" jika anda ingin mengambil penjejak anda di mesin layan diri kami yang telah ditetapkan. Tiada janji temu awal diperlukan. Lihat senarai mesin layan diri yang tersedia di sini.

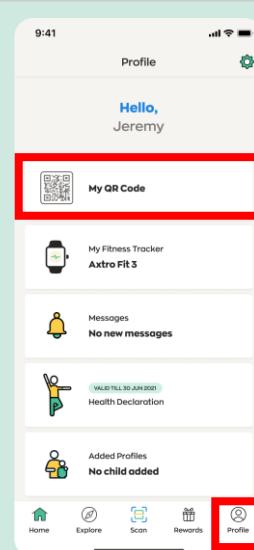


Langkah 6b

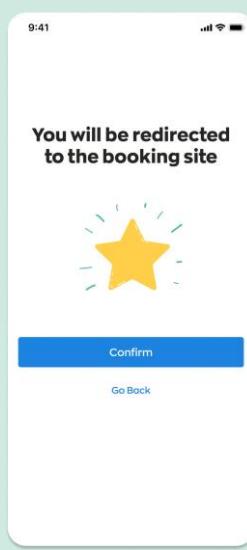
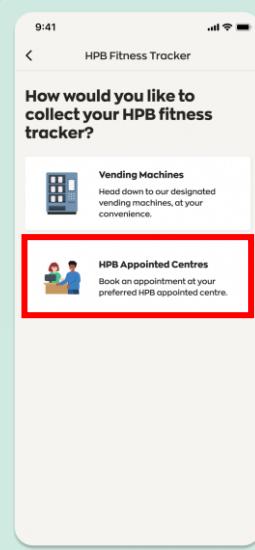
Pergi ke mesin layan diri pilihan anda dan ikut arahan pada skrin.

Imbas kod QR Healthy 365 anda di mesin layan diri untuk mengambil koleksi penjejak kecergasan HPB anda.

Anda boleh mengakses kod QR Healthy 365 anda dengan mengetik "Imbas kod QR" pada halaman ini atau pergi ke "Profil" > "Kod QR saya".



Kaedah 2: Ambil sendiri di pusat pengambilan yang ditetapkan



Langkah 7

Jika anda ingin mengambil penjejak anda di pusat yang ditetapkan oleh HPB, ketik "Pusat yang Ditetapkan oleh HPB" untuk menempah janji temu pengambilan di lokasi pilihan anda.

Ketik "Tempah dan urus janji temu".

Anda akan diubah hala ke laman tempahan.



Langkah 8

Di laman tempahan janji temu, pilih lokasi pilihan anda. Sebagai alternatif, anda boleh mengetik “Apply Filter” untuk mengehadkan carian anda mengikut julat tarikh dan zon lokasi.

Pilih tarikh dan slot masa yang anda inginkan.

Langkah 9

Berikan butiran peribadi anda untuk mengesahkan janji temu anda.

Nota: Jika anda ingin menerima e-mel pengesahan, berikan alamat e-mel yang sah.

Langkah 10

Janji temu anda berjaya dibuat!

Anda akan menerima butiran pengesahan pengambilan anda melalui SMS dan e-mel, jika anda memberikan alamat e-mel yang sah.

Sila semak folder sampah/spam anda jika anda tidak menerima e-mel pengesahan dalam peti masuk anda.

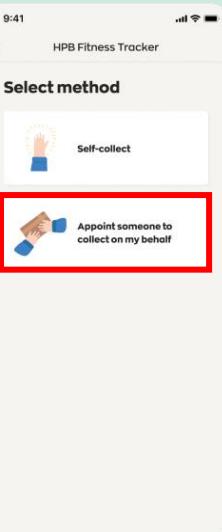
Langkah 11

Pada hari janji temu anda, sila bawa bersama:

- Peranti mudah alih dengan aplikasi Healthy 365 dipasang (Anda perlu menunjukkan kod QR Healthy 365 anda)
- SMS atau e-mel pengesahan janji temu



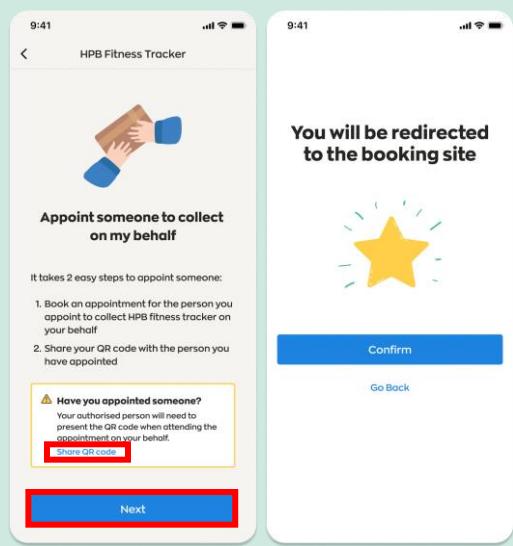
Kaedah 3: *Lantik seseorang untuk mengambil bagi pihak anda*



Langkah 12

Untuk melantik seseorang bagi mengambil penjejakan kecergasan HPB anda bagi pihak anda, ketik "Lantik seseorang untuk mengambil bagi pihak saya".

Nota: Melantik seseorang untuk mengambil bagi pihak anda hanya tersedia di pusat yang ditetapkan oleh HPB.



Langkah 13a

Ketik "Seterusnya" untuk menempah janji temu di pusat yang kami lantik.

Anda akan diarahkan ke laman tempahan.

Langkah 13b (pilihan)

Jika anda telah menempah janji temu dan melantik seseorang, ketik "Kongsi kod QR". Kod QR boleh dikongsi dengan orang yang anda lantik melalui platform pemesejan yang telah anda pilih.



The first screenshot shows the 'Appointment' screen for 'Singapore Post: Ang Mo Kio Central'. It lists the address as Blk 727 Ang Mo Kio Ave 6 #01-4246, Singapore 560727. The location is categorized under 'ZONE North-east'. A blue 'Select' button is at the bottom. The second screenshot shows a calendar for August 2024, with Friday, 30 August, highlighted. Below the calendar, it says 'Available times for: Singapore Post: Ang Mo Kio Central Date: Friday 30 August 2024 Time: 10:30am to 11:00am'. A list of time slots (10:30am, 11:00am, 11:30am) is shown, with the 10:30am slot being selected.

Langkah 14

Di laman tempahan janji temu, pilih lokasi pilihan anda. Sebagai alternatif, anda boleh mengetik “Apply Filter” untuk mengehadkan carian anda mengikut julat tarikh dan zon lokasi

Pilih tarikh dan slot masa yang anda inginkan.

The first screenshot shows the 'Appointment' screen for 'BookingSG'. It has a section for 'Personal Details' asking for information about the user. The second screenshot shows the 'Proxy's Details' screen, which asks for the name, email address, and mobile number of the proxy. Both screens have a blue 'Submit' button at the bottom.

Langkah 15

Berikan butiran peribadi anda untuk mengesahkan janji temu anda.

Anda akan dikehendaki memberikan nama dan nombor telefon mudah alih orang yang anda lantik lantik (iaitu proksi). Proksi yang anda lantik mesti berdaftar dengan Healthy 365 untuk mengambil penjejak bagi pihak anda.

Nota: Jika anda dan/atau orang yang dilantik oleh anda ingin menerima e-mel pengesahan, berikan alamat e-mel yang sah.

The screenshot shows the 'Booking Confirmation' screen with a green checkmark icon. It says 'Approved' and provides instructions to go back to Healthy 365 to share the QR code. It also includes a QR code and two snippets of text about booking confirmation emails.

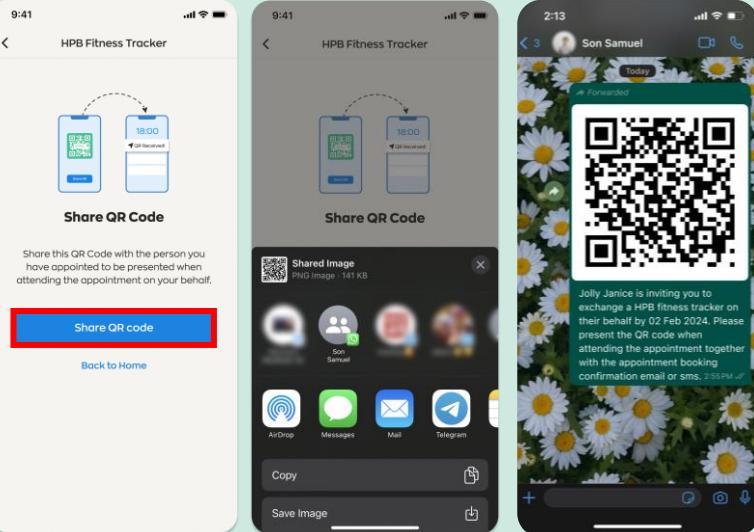
Langkah 16

Janji temu anda berjaya dibuat!

Anda dan orang yang anda lantik akan menerima butiran pengesahan janji temu pengambilan melalui SMS dan e-mel, jika anda memberikan alamat e-mel.

Sila semak folder sampah/spam anda jika anda tidak menerima e-mel pengesahan dalam peti masuk anda.

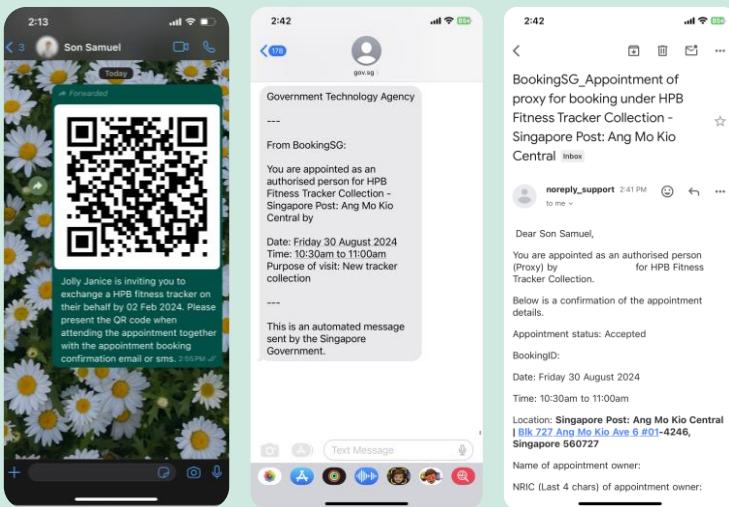
Ketik “<“ di bahagian atas sebelah kiri skrin untuk kembali ke aplikasi Healthy 365.



Langkah 17

Kongsi kod QR anda dengan orang yang dilantik melalui platform pemesejan pilihan anda.

Nota: Kod QR yang dikongsi hanya sah selama 30 hari dari tarikh perkongsian.



Langkah 18

Pada hari janji temu, orang yang anda lantik mestilah menunjukkan:

(i) Kod QR Healthy 365 anda, yang telah dikongsi melalui platform pemesejan pilihan anda

(ii) SMS atau e-mel pengesahan janji temu

(iii) Peranti mudah alih dengan aplikasi Healthy 365 dipasang (Orang yang anda lantik perlu menunjukkan kod QR Healthy 365 miliknya)



Cara untuk menukar atau membatalkan janji temu

The screenshots show the following steps:

- Home screen: Shows progress and a 'Sync now' button.
- 'Select an option' screen: Shows 'Collect a new HPB Fitness Tracker' and 'Exchange a faulty HPB Fitness Tracker' options.
- 'Select method' screen: Shows 'Self-collect' and 'Appoint someone to collect on my behalf' options.
- 'How would you like to collect your HPB fitness tracker?' screen: Shows 'Vending Machines' and 'HPB Appointed Centres' options.
- 'Collect a HPB Fitness Tracker' screen: Shows instructions for collecting at appointed centres and a 'Book and manage appointment' button.
- 'Appointment' screen: Shows an upcoming booking for 'HPB Fitness Tracker Collection' on Friday 30 August 2024.
- 'BookingSG' screen: Shows proxy details fields and buttons for 'Reschedule', 'Manage proxy', and 'Cancel'.

Bagi mendapatkan butiran janji temu anda daripada aplikasi Healthy 365,

- Pergi ke "Laman Utama" di bahagian "Pautan Pantas", pilih "Penjejak kecergasan HPB"
- Ketik "Ambil penjejak kecergasan HPB baharu" > "Ambil sendiri" > "Pusat yang Ditetapkan oleh HPB" > "Tempah dan urus janji temu"

Anda akan diubah hala ke laman tempahan janji temu.

Di laman tempahan temu janji, ketik pada:

- "Reschedule" untuk menukar janji temu anda,
- "Manage Proxy" jika anda telah melantik seseorang untuk mengambil penjejak anda bagi pihak anda dan ingin menukar butiran orang yang dilantik oleh anda, atau
- "Cancel" untuk membatalkan janji temu anda.

Jika anda membuat perubahan pada janji temu anda, sila rujuk butiran pengesahan janji temu terkini.