





Cara menukar status Akuan Kesihatan anda pada aplikasi Healthy 365

Apa itu Akuan Kesihatan?

Akuan Kesihatan menentukan status kesihatan individu dan berdasarkan Soal Selidik Jadi Aktif dalam aplikasi Healthy 365.

Apa itu Soal Selidik Jadi Aktif (GAQ)?

Soal Selidik Jadi Aktif (GAQ) ialah <u>soal selidik akuan sendiri</u> yang dicadangkan untuk semua peringkat umur, bagi membantu anda menilai kesediaan anda untuk mengambil bahagian dalam aktiviti fizikal. Bagi individu yang mempunyai kebimbangan/masalah kesihatan, nasihat daripada Pakar Senaman Berkelayakan atau penyedia penjagaan kesihatan adalah digalakkan sebelum memulakan aktiviti fizikal.

Sila ambil perhatian bahawa akuan anda akan mempengaruhi penyertaan anda dalam kategori MVPA. Untuk keselamatan anda, jika anda mengaku bahawa anda mempunyai 1 atau lebih masalah kesihatan, anda tidak akan dapat menyertai dan memperoleh Healthpoints dalam kategori MVPA. Akuan anda mempunyai tempoh sah selama 12 bulan dan boleh dikemas kini melalui aplikasi Healthy 365.

11:20 ani 46 🖛	10:44
Hello, Jeremy	Receip your health status (WLID TILL H JUN 2022) updated For your safety, we advise you to update your
A Messages	health status every 9 months. You can update your status once every day.
WILD TILL 14 JIN 2022 Health Declaration	physical activities? View dat Active Questionnaire before enswering:
Primary Information Mobile Number ****8585	Ves, I have 1 or more health conditions but I verify that I can be more physically active because I have consulted my doctor/physiotherapts who has recommended that Become more physically active, or I am comfortable with becoming more physically active differences.
Secondary Information Postal Code 168937	No, I have 1 or more health conditions
Veew more $\widehat{(m)} \qquad \bigoplus \qquad $	
Langkah 1	Langkah 2
Untuk menukar status akuan kesihatan anda, klik pada tab 'Profil'. Kemudian, pilih kad 'Akuan Kesihatan'.	Pilih perihalan yang paling sesuai den kesihatan semasa anda dan klik 'sahk mengemas kini status akuan kesihat
Status akuan kesihatan anda akan sah selama 12	Sila ambil perhatian bahawa anda boleh menukar status akuan kesihat

bulan selepas pengakuan.

<u>bolen</u> menukar status akuan kesinatan anad lebih daripada <u>sekali sehari.</u>

