

Cara menyediakan/memulihkan akaun anda untuk Cabaran Langkah KebangsaanTM

Langkah 1

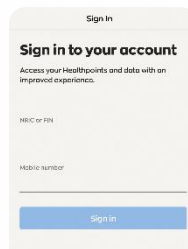


Muat turun atau kemas kini kepada versi terkini aplikasi mudah alih Healthy 365*.



*Versi terkini aplikasi mudah alih Healthy 365 memerlukan sekurang-kurangnya Android 6 dan iOS 10.

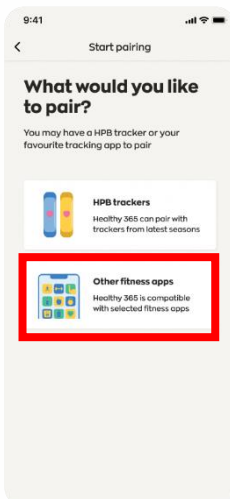
Langkah 2



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



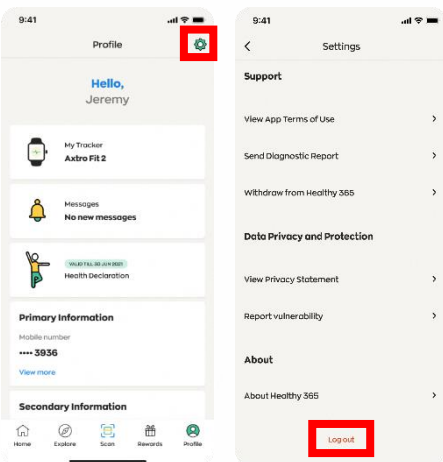
Pilih peranti penjejakan kecergasan pilihan anda. Gunakan penjejak kecergasan HPB PERCUMA atau salah satu aplikasi mudah alih atau penjejak kecergasan yang serasi¹:

Aplikasi dan penjejak mudah alih pilihan:

- Aplikasi mudah alih Actxa®
- Aplikasi mudah alih Apple Health
- Aplikasi mudah alih Fitbit dengan mana-mana penjejak Fitbit
- Aplikasi mudah alih Garmin ConnectTM
- Aplikasi mudah alih HUAWEI Health
- Aplikasi mudah alih Polar Flow
- Aplikasi mudah alih Samsung Health

¹ Bagi peserta yang menggunakan salah satu aplikasi mudah alih dan penjejak kecergasan yang serasi, peranti anda perlu boleh menjejaki data kadar denyutan jantung untuk menyumbang ke arah kategori MVPA.

Cara menyegerakkan untuk keluarga/rakan



- Log keluar daripada akaun anda dengan pergi ke tab 'Profil' dan ketik pada ikon 'Tetapan' di sudut kanan atas
- Tatal ke bawah ke bahagian bawah halaman dan ketik pada 'Log keluar'.
- Seterusnya, pulihkan profil keluarga/rakan anda dengan mengikut arahan pada skrin. Untuk arahan langkah demi langkah tentang cara memulihkan profil, klik [di sini](#)