

## Cara menyediakan/memulihkan akaun anda untuk Cabaran Langkah Kebangsaan<sup>TM</sup>

### Langkah 1

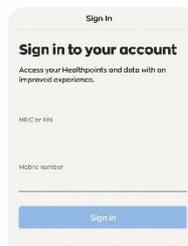


Muat turun atau kemas kini kepada versi terkini aplikasi mudah alih Healthy 365\*.



\*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



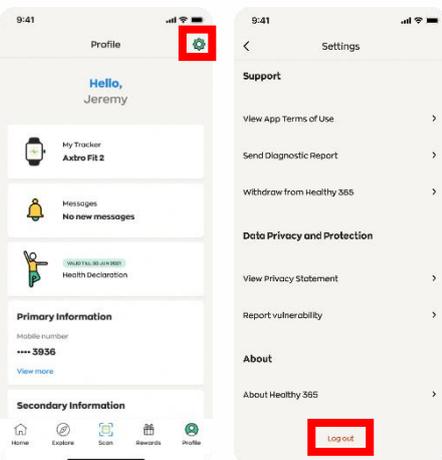
Pilih peranti penjejakan kecergasan pilihan anda. Gunakan penjejak kecergasan HPB PERCUMA atau salah satu aplikasi mudah alih atau penjejak kecergasan yang serasi<sup>1</sup>:

**Aplikasi dan penjejak mudah alih pilihan:**

- Aplikasi mudah alih Actxa<sup>®</sup>
- Aplikasi mudah alih Apple Health
- Aplikasi mudah alih Fitbit dengan mana-mana penjejak Fitbit
- Aplikasi mudah alih Garmin Connect<sup>TM</sup>
- Aplikasi mudah alih HUAWEI Health
- Aplikasi mudah alih Polar Flow
- Aplikasi mudah alih Samsung Health

<sup>1</sup> 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](#)