



## Stap 1: Je Daysy opladen

Verbind je Daysy met de micro USB-kabel en plug de USB in een stekker of computer. De blauwe lampjes die van onder naar boven bewegen, geven aan dat Daysy wordt opgeladen. Daysy gaat na 60 seconden in stand-by modus, Daysy blijft opladen als ze aangesloten is. Laden naast je bed gedurende de nacht is aanbevolen eens per maand of in de twee maanden. Als alle blauwe lampjes blijven branden na een druk op de knop is Daysy volledig opgeladen.



## Stap 2: Meet je temperatuur

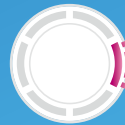
Daysy wil je cyclus leren kennen. Om dit te bereiken meet je elke dag met gesloten mond onder de tong je basale lichaamstemperatuur. Druk op de activeringsknop om je Daysy te starten. Druk een tweede keer op de activeringsknop om de temperatuurmeting te starten, verwijder het beschermkapje. Wij raden je aan minimaal 3 opeenvolgende uren te slapen voordat je gaat meten in de ochtend gelijk als je wakker wordt voordat je opstaat en actief wordt.



**Ronddraaiend blauw licht:**  
Daysy meet je temperatuur.

## Stap 3: Voer je menstruatie in

Vertel Daysy, wanneer je menstruatie dagen zijn. Druk op de activeringsknop om je Daysy te starten, druk vervolgens nogmaals op de activeringsknop en houd deze ingedrukt totdat het paarse lampje constant brandt en je een "piep" hoort. Bevestig je menstruatie voor elke dag van actieve bloeding en vanaf de eerste dag voor minimaal 3 opeenvolgende dagen.



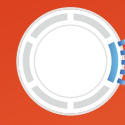
**Knipperend paars licht:**  
Daysy vraagt of je menstrueert?



**Constant paars licht:**  
Daysy heeft jouw menstruatie input bevestigd.

## Stap 4: De DaysyDay app

Verbind je Daysy met de DaysyDay app om al je cyclus data overzichtelijk in een oogopslag te zien. Open de DaysyDay app en druk een keer op de activeringsknop van je Daysy. Activeer Bluetooth® op je Daysy door twee keer op de knop te drukken, volg vervolgens de instructies in de app. Let op: jouw gegevens kunnen pas worden weergegeven na een eerste succesvolle meting. Elke keer als je metingen naar de DaysyDay app wilt overdragen, moet je er voor zorgen dat Daysy in de Bluetooth®-modus staat na het open van de app.



**Knipperend blauw licht:**  
Daysy maakt verbinding.



**Constant blauw licht:**  
Daysy is verbonden.