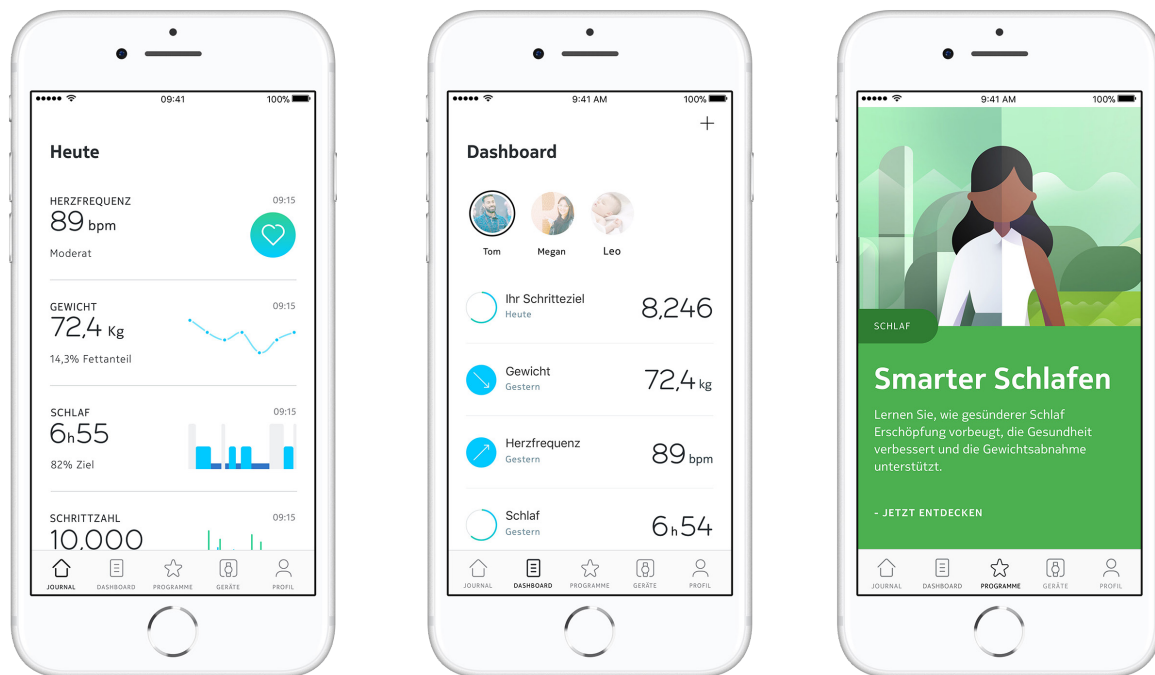


Digitaler Gesundheitsbegleiter



Health Mate bietet eine ganzheitliche Übersicht über alle gesammelten Gesundheitsdaten wie Aktivität, Schlaf, Gewicht und mehr. Nutzer können so die eigene Entwicklung im Blick behalten, Erfolge messen und mit der Zeit ihre allgemeine Gesundheit verbessern. Gewicht verlieren, aktiver werden, Blutdruck überwachen, besser schlafen: Egal, welche Ziele sich die Nutzer setzen, die kostenfreie Health Mate App ermöglicht vollständiges Gesundheitstracking und hilft als Coach dabei, alle Ziele zu erreichen.

Funktionen

Dem Herzen folgen

- **Herzfrequenz:** Zur Verbesserung der Gesundheit oder um bekannte Probleme im Blick zu behalten
- **Blutdruck:** Ganzheitlicher Einblick in den kardiovaskulären Gesundheitszustand
- **Pulswellengeschwindigkeit:** Einblicke in den gesundheitlichen Zustand der Arterien gewinnen
- **Herzgesundheit** wird mit den kabellosen Blutdruckmessgeräten, dem HR-Tracker (Steel HR) und der Body Cardio-Waage erfasst

Besser schlafen

- **Schlafzyklen:** Überwachung der Leicht- und Tiefschlafphasen sowie der Schlafunterbrechungen, ermöglicht ein ausgeruhtes Gefühl und verbessert langfristig die Gesundheit
- **Smart Wake-Up:** Nutzer werden zum optimalen Zeitpunkt geweckt, sobald ihr Schlafzyklus dem natürlichen Aufwachen am nächsten ist
- **Schlaftracking** über das Portfolio an Aktivitäts- und Schlaftrackern

Gewichtskontrolle meistern

- Gewicht, BMI und Körperzusammensetzung sowie Gewichtsentwicklung bieten detaillierte Einblicke
- Ziele setzen und Fortschritte verfolgen
- Motiviert bleiben dank Belohnungen
- Gewicht und weitere Daten manuell eintragen oder automatisch von den smarten Withings-Waagen synchronisieren lassen

Die eigenen Gesundheitsziele mit einer Vielfalt an Programmen erreichen:

Die eigenen Gesundheitsziele mit einer Vielfalt an Programmen erreichen:

- **Sleep Smarter**

Konsequenter Schlaf fördert die Gesundheit und unterstützt beim Abnehmen

- **Better Body**

Das 6-wöchige Programm bietet Informationen zur Körperzusammensetzung und zeigt neue Wege, Fett zu verlieren – für immer.

- **Pregnancy Tracker**

Beinhaltet von Gynäkologen empfohlene personalisierte Ratschläge und Tipps, sowie Gewichtstracking während der Schwangerschaft.

- **Healthier Heart**

Dieser In-App-Kauf bietet Nutzern dank einer Hy-Result Software einen Blick in ihre medizinischen Daten, gibt Handlungsempfehlungen und liefert einen umfassenden Bericht des eigenen Blutdrucks, der einfach mit dem behandelnden Arzt geteilt werden kann.

Perfektes Zusammenspiel mit Anderen

Health Mate ist mit über 100 Gesundheits- und Fitness-Apps kompatibel, inklusive Apple Health, Nike, RunKeeper, Weight Watchers, Loselt! & MyFitnessPal™.

Technische Fakten & Design

Verfügbar für iOS (iOS 8+) und Android (5.0+)

Einfaches Design für eine einfache und intuitive Bedienung

Leaderboard: Mit Freunden und Familie in den gesunden Wettstreit treten

Badges: Belohnungen für die eigenen Fortschritte erhalten

Verfügbarkeit

Online

withings.com, amazon.com, otto.de, tink.de

Im Handel

Media Markt, Saturn