

# DRK SICHERHEITSUHR

## AKTIV LEBEN. ABER SICHER.



## BENUTZERHANDBUCH

### DRK Sicherheitsuhr

Willkommen in der Welt der  
**DRK Sicherheitsuhr**, Ihrem  
digitalen Schutzengel!



Bei Fragen oder Problemen:  
Deutsches Rotes Kreuz  
Hausnotruf und Assistenzdienste  
in Sachsen und Sachsen-Anhalt  
Servicecenter: 0351 64 80 10  
[info@leben-einfach-sicher.de](mailto:info@leben-einfach-sicher.de)  
[www.leben-einfach-sicher.de](http://www.leben-einfach-sicher.de)

# BESTANDTEILE

Sobald Sie die Verpackung geöffnet haben, vergewissern Sie sich, dass folgende Komponenten vorhanden sind:

- ✓ Notrufuhr
- ✓ Ladekabel
- ✓ Stromadapter
- ✓ Benutzerhandbuch

Sollte ein Bestandteil in der Verpackung fehlen, können Sie diesen per E-Mail unter [info@leben-einfach-sicher.de](mailto:info@leben-einfach-sicher.de) jederzeit anfordern.

# INBETRIEBNAHME

## Aufladen

Verbinden Sie das Ladekabel mit dem Stromadapter und stecken Sie ihn in eine Steckdose. Dann verbinden Sie die magnetischen Ladekontakte am Ladekabel mit den Ladekontakten auf der Rückseite der Uhr.

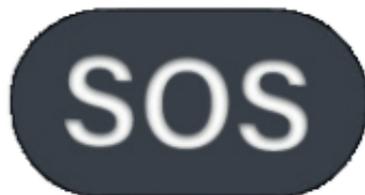


Die Batterielaufzeit beträgt im Normalfall 3 bis 4 Tage. Es wird empfohlen die Uhr täglich zu laden. Das Aufladen dauert ca. eine Stunde.

# INBETRIEBNAHME

## Einschalten

Drücken Sie den Steuerknopf der Uhr so lange, bis sich der Bildschirm einschaltet. Nach einem kurzen Startvorgang erscheint auf die Uhrzeit.



Steuerknopf

## Aufwecken

Wenn die Uhr zehn Sekunden nicht benutzt wird, fällt der Bildschirm in den Ruhemodus. Sie können die Uhr durch kurzes Drücken des Steuerknopfes wieder aufwecken und alle Funktionen verwenden.

# GPS-KALIBRIERUNG

Bei Erhalt der DRK Sicherheitsuhr ist die GPS-Kalibrierung bereits erfolgt.

Bei Alarmauslösung im Notfall kann der Standort der Uhr durch die DRK 24/7 Rufzentrale, in der JAMES APP oder im Webportal geortet werden.

# WASSERDICHTHEIT

Die DRK Sicherheitsuhr ist IP 67 zertifiziert. Dies besagt, dass das Gerät staubdicht ist und Schutz vor **zeitweiligem Untertauchen** bis maximal 1 Meter Wassertiefe für maximal 30 Minuten aushält. **Bitte beachten Sie:** Der Schutz besteht **nur für klares Wasser**. Bitte nicht in Salzwasser (Meer), im Schwimmbad (Chlor) oder in der heißen Badewanne (Seifenlauge) tragen. Bitte nicht mehrere Minuten heißem Dampf (z.B. Sauna, lange heiße Dusche) aussetzen. Die Betriebstemperatur liegt zwischen  $-10^{\circ}$  und  $+40^{\circ}\text{C}$ .

# FUNKTIONEN

Nach dem Einschalten können Sie mit einem kurzem Druck auf **SOS** durch die Funktionen Ihrer **DRK Sicherheitsuhr** navigieren.

# FUNKTIONEN



Uhrzeit/Datum



Schritte



Puls (optional)



Sprachmeldung



Ausschalten

# ALARM AUSLÖSEN

Drücken Sie den Steuerknopf für mehrere Sekunden, bis Sie ein akustisches Signal hören und die weiße Animation am Bildschirm sehen. Mit einem kurzen Druck auf **SOS**, können Sie den Alarm in den ersten Sekunden abbrechen.

Die Rufzentrale erhält Ihre Positionsdaten automatisch.



Telefonverbindung  
mit der Rufzentrale

# ALARM SENDEN

## **Positionsermittlung**

Ihre Position wird während der ersten Minuten des Alarmes automatisch ermittelt und per JAMES APP/Webportal und SMS-Benachrichtigung an Ihre Helfer/Kontakte gesendet.

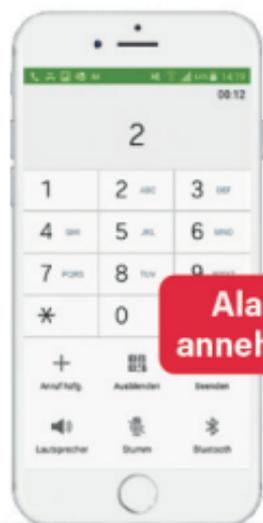
Zudem können in der JAMES APP/Webportal jederzeit weitere Positionen angefordert werden.

Die Rufzentrale erhält Ihre Positionsdaten automatisch.

# ALARM ERHALTEN

## Ohne DRK 24/7 Rufzentrale

Beim Auslösen eines Alarms werden Ihre Kontakte via Anruf benachrichtigt. Der Alarm-Anruf wird mit der Taste 2 angenommen. Danach wird automatisch eine Telefonverbindung zur Uhr aufgebaut. Sollte der Anruf unbeantwortet bleiben, wird der Alarm an Ihre nächste Kontaktperson weitergeleitet.



# ALARM ERHALTEN

## Mit DRK 24/7 Rufzentrale

Beim Auslösen eines Alarms wird der Ruf direkt in die DRK 24/7 Rufzentrale geleitet.

Die Disponent/innen nehmen (nach Möglichkeit) Sprechkontakt über die Uhr mit Ihnen auf und, analysieren die Situation, leiten die notwendigen Hilfe- und Unterstützungsleistungen ein und informieren dann die Ihnen angegebenen Kontaktpersonen.

# ANRUF

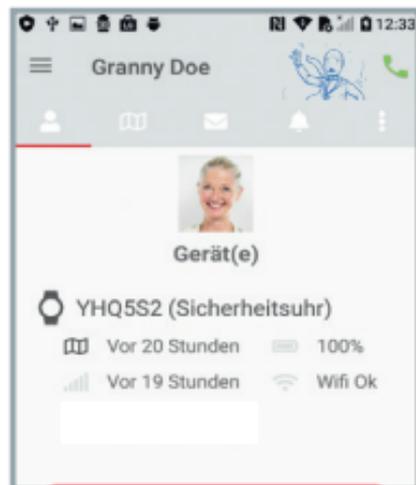
Die Uhr kann jederzeit über die Telefonnummer angerufen werden. Sie finden die Telefonnummer der Uhr:

- im Webportal
- in der JAMES APP
- in der Alarm-SMS

Zum Annehmen eines Anrufes tippen Sie auf das grüne Hörersymbol auf der Uhr.



Eingehender Anruf



Anrufsymbol

# SCHRITZÄHLER

Hier sehen Sie Ihre aktuellen Tages-schritte. Die Schritte können in der APP/Webportal jederzeit abgefragt werden. Jede Nacht wird der Zähler wieder auf **0** gesetzt.



Schritte

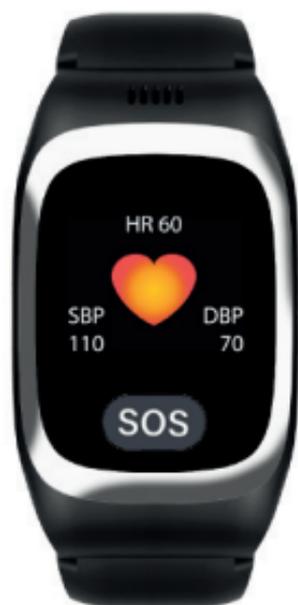
# PULS & BLUTDRUCK

Navigieren Sie durch Drücken des Steuerknopfes zur Puls- und Blutdruckmessung (Herzsymbol). Die Messung startet automatisch.

Legen Sie den Arm während des Messvorgangs ruhig auf eine Oberfläche und halten Sie ihn still. Je enger Sie Ihre Uhr am Handgelenk tragen, umso genauer funktioniert die Messung.

# PULS & BLUTDRUCK

Herzfrequenz / Puls



**Systemischer  
Blutdruck \***

**Diastolischer  
Blutdruck \***

\* **ACHTUNG:** Die Blutdruckwerte sind Richtwerte und können je nach Person vom realen Blutdruck abweichen. Es handelt sich hierbei nicht um ein medizinisch geprüftes Gerät. Die Messung von Puls und Blutdruck dient Ihrer Information und hat **keine** automatische Notrufauslösung zur Folge.

# SPRACHNACHRICHT

Navigieren Sie durch Drücken des Steuerknopfes zum Nachrichtensymbol.

## Aufnahme starten

Wenn das Sprachblasensymbol am Bildschirm angezeigt wird, halten Sie den Steuerknopf gedrückt, bis das Mikrofon-Symbol erscheint.



# SPRACHNACHRICHT

Sprechen Sie nun Ihre Nachricht auf das Tonband. Die Nachricht kann maximal 10 Sekunden lang sein, dann bricht die Aufnahme ab und Sie müssen eine neue Nachricht beginnen.

## Aufnahme beenden

Mit einem Klick auf den Steuerknopf wird die Audioaufnahme beendet und an die JAMES APP/Webportal gesendet.



aufnehmen



Gesendet

# TEXTNACHRICHT

Mit der JAMES APP/Webportal können Ihre Kontakte Textnachrichten mit maximal 26 Zeichen an die Uhr senden. Bei einer eingehenden Textnachricht vibriert diese kurz und zeigt die Nachricht an. Anschließend erscheint die Nachricht auf dem Display.



# TEXTNACHRICHT

Sie können auf Textnachrichten jederzeit mit einer Audionachricht antworten - wie auf der Seite zuvor beschrieben.

Neue Nachricht



# AUSSCHALTEN

Drücken Sie mehrmals kurz den Steuerknopf, um zu  zu gelangen.

Halten Sie  so lange gedrückt, bis sich die Uhr abschaltet.

Lang drücken  
bis Ausschaltensymbol  
erscheint



# RUFZENTRALE

## Sicherheit rund um die *Uhr*.

Zusätzlich zu Ihrer Alarmierungskette kann optional und als Zusatzleistung auch die **DRK 24/7 Rufzentrale** aktiviert werden.

Falls Ihre Kontakte bei einem Alarm nicht erreichbar sind, kümmert sich die Rufzentrale verlässlich um Hilfe.

Deutsches Rotes Kreuz  
Hausnotruf und Assistenzdienste  
in Sachsen und Sachsen-Anhalt  
Servicecenter: 0351 64 80 10  
info@leben-einfach-sicher.de  
www.leben-einfach-sicher.de

# WEBPORTAL

Im Zuge der Aktivierung wurde für Sie und Ihre Angehörigen ein Benutzerzugang für unser Webportal und die APP angelegt. Die Zugangsdaten wurden Ihnen per E-Mail zugesendet.

Im Webportal und der APP kann die Konfiguration eingesehen und mit der Uhr kommuniziert werden.

**Webportal:** <https://drk.safemotion.org>



# APP DOWNLOAD

Zum Download der JAMES APP scannen Sie die QR-Codes oder öffnen Ihren APP Store/Play Store und suchen nach „JAMES APP“, um diese herunterzuladen.



# BETRIEBSHINWEISE

Lesen Sie diese wichtigen Sicherheitshinweise, bevor Sie die **DRK Sicherheitsuhr** verwenden. Sie enthalten allgemeine Sicherheitshinweise für Geräte und möglicherweise auch Informationen, die nicht für Ihr Gerät gelten. Beachten Sie die Warnungen und Gefahrenhinweise, um zu verhindern, dass Sie oder andere verletzt werden und das Gerät beschädigt wird. Der Begriff „Gerät“ bezieht sich auf das Produkt, den Akku, das Akkuladegerät, die mit dem Produkt gelieferten Artikel sowie jegliche zugelassenen Zubehörteile, die mit dem Produkt verwendet werden.

## **DRK 24/7 Rufzentrale**

Bei der 24/7 Rufzentrale handelt es sich um eine Zusatzleistung. Eine aktive Zuschaltung/Buchung bei Vertragsabschluss ist erforderlich.

Unsere 24/7 Rufzentrale handelt nach folgenden Vorgaben: Bei einem Alarm versucht die Rufzentrale Kontakt mit dem Teilnehmenden aufzunehmen um die Situation abzuklären. Die Kontaktaufnahme erfolgt nach folgendem Ablauf:

- sofern möglich, wird Sprechkontakt über die DRK Sicherheitsuhr mit dem Teilnehmenden hergestellt
- sofern hinterlegt, wird die Telefonnummer des Teilnehmenden angerufen
- sofern hinterlegt, werden alle Alarmkontakte des Teilnehmenden angerufen

Wenn sich herausstellt, dass es sich um einen Notfall handelt, werden die festgelegten Alarmkontakte in der festgelegten Reihenfolge kontaktiert. Dies geschieht ebenfalls, wenn der Teilnehmende nicht erreicht werden kann.

Verwenden Sie keine beschädigten Netzkabel oder Stecker und keine lockeren Netzsteckdosen. Ungesicherte Verbindungen können einen elektrischen Schlag oder Brand verursachen.

# BETRIEBSHINWEISE

Ziehen Sie nicht fest am Netzkabel, um es zu entfernen. Dies kann einen elektrischen Schlag oder Brand verursachen. Das Netzkabel darf nicht geknickt oder beschädigt werden.

Verwenden Sie vom Hersteller zugelassene Ladegeräte, Zubehörteile und Verbrauchsmaterialien. Die Verwendung eines nicht empfohlenen Ladegeräts kann die Lebensdauer des Geräts beeinträchtigen oder zu einer Fehlfunktion des Geräts führen. Die Verwendung dieser Zubehörteile kann einen Brand oder das Explodieren des Akkus verursachen. Der Hersteller ist nicht haftbar für die Sicherheit des Benutzers, wenn Zubehör und Teile verwendet werden, die nicht von ilogs healthcare zugelassen sind.

Zur Benutzung von **DRK Sicherheitsuhren** durch Personen mit Herzschrittmachern oder Defibrillatoren ist folgendes festzuhalten:

Die **DRK Sicherheitsuhren** beinhalten ein GSM Modul wie Smartphones und andere Smartwatches. Gängige Studien empfehlen einen Mindestabstand von 15cm zwischen Smartphones/Smartwatches und einem Herzimplantat/Herzschrittmacher/Defibrillatoren. Um mögliche Interferenzen mit einem Herzschrittmacher zu verhindern, sollten Sie das Gerät nicht auf der Seite Ihres Körpers verwenden, auf der sich der Herzschrittmacher befindet.

Lassen Sie das Gerät nicht fallen und setzen Sie es keinen starken Erschütterungen aus. Dies kann zu Schäden an Gerät und Akku sowie zu Fehlfunktionen und einer kürzeren Lebensdauer des Geräts führen.

Gehen Sie mit dem Gerät und dem Ladegerät sorgsam um und entsorgen Sie sie ordnungsgemäß. Entsorgen Sie den Akku oder das Gerät niemals in einem Feuer. Platzieren Sie den Akku oder das Gerät nicht auf oder in Geräten, die Hitze erzeugen, wie beispielsweise Mikrowellengeräte, Öfen oder Heizkörper. Das Gerät kann bei übermäßiger Hitze explodieren. Beachten Sie bei der

# BETRIEBSHINWEISE

Entsorgung gebrauchter Akkus oder Geräte die örtlichen Vorschriften. Zerquetschen und durchstechen Sie das Gerät nicht. Setzen Sie das Gerät keinem hohen Druck von außen aus, da dies einen internen Kurzschluss und eine Überhitzung zur Folge haben kann.

Schützen Sie das Gerät, den Akku und das Ladegerät vor Schäden. Setzen Sie das Gerät und den Akku nicht sehr hohen oder sehr niedrigen Temperaturen aus. Extreme Temperaturen können Schäden am Gerät verursachen und die Ladekapazität und Lebensdauer von Gerät und Akku beeinträchtigen. Verwenden Sie niemals ein beschädigtes Ladegerät oder einen beschädigten Akku.

Bewahren Sie das Gerät nicht in oder in der Nähe von Heizungen, Mikrowellengeräten, Kochvorrichtungen oder Hochdruckbehältern auf.

Der Akku kann undicht werden. Das Gerät kann überhitzen und einen Brand verursachen.

Platzieren Sie bei Verwendung des Ladegeräts keine Fremdkörper wie metallische Gegenstände, Magneten oder Karten mit Magnetstreifen zwischen dem Gerät und dem Ladegerät. Das Gerät wird ansonsten möglicherweise nicht richtig geladen oder es überhitzt.

Sollten Sie eine Hörhilfe nutzen, wenden Sie sich an den Hersteller, um weitere Informationen zu Funkstörungen zu erhalten. Die von diesem Gerät ausgegebene Funkfrequenz beeinträchtigt möglicherweise die Funktion einiger Hörhilfen. Wenden Sie sich vor der Verwendung dieses Geräts an den Hersteller Ihrer Hörhilfe, um zu erfahren, ob die Hörhilfe durch die Funkfrequenzen des Geräts beeinträchtigt wird.

Falls ein Teil des Geräts defekt ist oder wenn Rauch bzw. ein Brandgeruch entsteht, stellen Sie die Verwendung des Geräts

# BETRIEBSHINWEISE

sofort ein. Verwenden Sie das Gerät erst wieder, wenn es im Technischen Service der DRK Hausnotruf und Assistenzdienste in Sachsen und Sachsen-Anhalt geprüft und repariert wurde. Zerbrochenes Glas oder Kunststoff kann Verletzungen an Händen und Gesicht verursachen. Falls Rauch aus dem Gerät austritt bzw. Brandgeruch entsteht, besteht das Risiko, dass der Akku explodiert oder Feuer fängt.

Bewahren Sie das Gerät an einem trockenen Ort auf. Feuchtigkeit und Flüssigkeit können zu Schäden an den Teilen oder elektronischen Schaltungen im Gerät führen. Wasser beschädigt das Gerät und kann zum Erlöschen der Herstellergarantie führen. Eine Ausnahme sind die IP67 geprüften Geräte.

Das Gerät kann bei einer Umgebungstemperatur von  $-15\text{ °C}$  bis  $40\text{ °C}$  verwendet werden. Sollte das Gerät außerhalb dieses Temperaturbereichs verwendet werden, kann dies zu Schäden am Gerät und einer kürzeren Akkulebensdauer führen.

Bewahren Sie das Gerät nicht an sehr heißen Orten wie einem Autoinnenraum im Sommer auf. Dies kann zu Fehlfunktionen des Displays führen, das Gerät beschädigen oder das Explodieren des Akkus zur Folge haben. Setzen Sie das Gerät nicht über längere Zeit direkter Sonnenbestrahlung aus (beispielsweise auf dem Armaturenbrett in einem Auto).

Bringen Sie das Gerät nicht in die Nähe magnetischer Felder. Magnetfelder können Fehlfunktionen des Geräts oder ein Entladen des Akkus verursachen.

Sollte das Gerät zu heiß werden, bitte sofort abnehmen und ausschalten. Melden Sie dies danach sofort an unser Servicecenter.

Vermeiden Sie direkten Hautkontakt, wenn das Gerät an einer Stromquelle angeschlossen ist.

Halten Sie das Gerät trocken und sauber, um Hautreizungen und

# BETRIEBSHINWEISE

Gerätbeschädigungen vorzubeugen. Das Gerät entspricht den internationalen Sicherheitsstandards; treffen Sie dennoch die notwendigen Sicherheitsvorkehrungen, falls Ihre Haut empfindlich ist oder Sie allergisch auf Materialien reagieren.

Bewahren Sie das Gerät entfernt von metallischen Gegenständen wie Münzen, Schlüsseln oder Ketten auf. Das Gerät wird möglicherweise zerkratzt oder funktioniert nicht mehr ordnungsgemäß.

Achten Sie auf eine hohe Nutzungsdauer des Akkus und des Ladegeräts. Wenn das Gerät längere Zeit nicht verwendet wird, entlädt es sich. In diesem Fall muss es vor der Verwendung aufgeladen werden. Bitte beachten Sie, dass der Akku erst nach mehrmaligem, vollständigem Entladen und Laden die volle Kapazität erreicht.

Zerlegen, modifizieren oder reparieren Sie das Gerät nicht. Veränderungen oder Modifizierungen am Gerät können zum Erlöschen der Herstellergarantie führen. Wenn das Gerät gewartet werden soll, wenden Sie sich an das Servicecenter. Bauen Sie den Akku nicht auseinander und stechen Sie nicht hinein. Dadurch kann er explodieren oder Feuer fangen.

Beachten Sie bei der Reinigung des Geräts folgende Hinweise: Reinigen Sie das Gerät und das Ladegerät mit einem Tuch oder Schwamm. Reinigen Sie die Batteriepole mit Watte oder einem Handtuch. Verwenden Sie keine Chemikalien oder Lösungsmittel. Dies kann zu einer Verfärbung und Korrosion der Außenseite des Geräts führen oder einen elektrischen Schlag oder Brand zur Folge haben. Schützen Sie das Gerät vor Staub, Schweiß, Tinte, Öl und chemischen Produkten wie Kosmetika, antibakteriellen Sprays, Handreinigern, Reinigungsmitteln und Insektiziden. Ansonsten können Schäden am Äußeren und Inneren des Geräts entstehen oder die Geräteleistung nimmt ab. Falls Ihr Gerät mit einer der genannten Substanzen in direkten Kontakt kommt, rei-

# BETRIEBSHINWEISE

nigen Sie es mit einem fusselfreien, weichen Tuch.

## ENTSORGUNG

Das Europäische Parlament und der Rat der Europäischen Union haben die EU-WEEE-Richtlinie („Elektroschrottverordnung“) verabschiedet. Die Richtlinie verfolgt das Ziel, Elektro- und Elektronikschrott zu vermeiden und die Wiederverwendung bzw. das Recycling sowie andere Formen der Rückgewinnung derartiger Abfälle zu fördern. Somit betrifft die Richtlinie Hersteller, Händler und Verbraucher. Die WEEE-Richtlinie verlangt, dass sowohl Hersteller als auch Endverbraucher elektrische und elektronische Geräte sowie Bauteile auf umweltverträgliche Weise entsorgen, und dass Geräte oder Abfälle wiederverwendet, stofflich getrennt oder zur Energiegewinnung verwertet werden. Elektrische und elektronische Geräte und Bauteile dürfen nicht in den normalen Haushaltsmüll gegeben, sondern müssen sämtlich getrennt eingesammelt und entsorgt werden. Produkte und Geräte, die für Wiederverwendung, Recycling oder andere Formen der Wiederverwertung eingesammelt werden müssen, sind mit dem abgebildeten Symbol gekennzeichnet. Durch die Entsorgung elektrischer und elektronischer Geräte über die in Ihrem Land verfügbaren Sammelsysteme leisten Sie einen Beitrag zum Umwelt- und Gesundheitsschutz sowie zur nachhaltigen und vernünftigen Nutzung natürlicher Ressourcen. Die Einsammlung von elektrischen/elektronischen Geräten und Abfällen verhindert eine Umweltverschmutzung durch gefährliche Substanzen, die in den entsprechenden Produkten und Geräten vorhanden sein können. Sie können die Uhr an uns retournieren und wir werden sie entsprechend der Vorschriften entsorgen.

## EU-KONFORMITÄTSERKLÄRUNG

EU - Konformitätserklärung ILOGS erklärt, dass die **DRK Sicherheitsuhren** die grundlegenden Anforderungen und andere relevante Bestimmungen der Richtlinie 2014/53/EU erfüllen. Eine Kopie der Konformitätserklärung ist auf Anfrage erhältlich.

## **Kontakt:**

Deutsches Rotes Kreuz  
Hausnotruf und Assistenzdienste  
in Sachsen und Sachsen-Anhalt

Bremer Str. 10d  
01067 Dresden

Servicecenter: 0351 64 80 10

[info@leben-einfach-sicher.de](mailto:info@leben-einfach-sicher.de)  
[www.leben-einfach-sicher.de](http://www.leben-einfach-sicher.de)

# DRK SICHERHEITSUHR

AKTIV LEBEN. ABER SICHER.



## DATENBLATT

Größe **55 x 33,5 x 14,8mm**

Gewicht **40g**

Bildschirm **0,95 Zoll / OLED**

Bildschirmauflösung **96x64 Pixel**

Betriebssystem **NUCLEUS**

Bluetooth-Version **Bluetooth 4.0**

Frequenzbänder **GSM: 900/1800;  
WCDMA: B1/B2/B5/  
B8**

SIM-Karte **Nano**

Wasserfest **IP67**

## BATTERIE

Batterietyp **Lithium Polymer**

Batteriekapazität **580 mAh**

Betriebszeit **max. 96 Stunden**

Ladedauer **ca. 1 Stunden**

# SENDELEISTUNG

Max. abgestrahlte Sendeleistung  
Max. transmitter output power

## GSM / GPRS / EDGE

GSM 900 (GMSK)	31,46 dBm
----------------	-----------

DCS 1800 (GMSK)	30,93 dBm
-----------------	-----------

GPRS 900 (GMSK)	30,71 dBm
-----------------	-----------

GPRS 1800 (GMSK)	30,39 dBm
------------------	-----------

EGPRS 900 (GMSK)	30,68 dBm
------------------	-----------

EGPRS 1800 (GMSK)	30,33 dBm
-------------------	-----------

## WIFI / WLAN 2.4 GHz

802.11b (1 MBit/s)	14,91 dBm
--------------------	-----------

802.11g (6 MBit/s)	13,58 dBm
--------------------	-----------

802.11n HAT-20 (6,5 MBit/s)	12,94 dBm
--------------------------------	-----------

802.11n HAT-40 (13,5 MBit/s)	11,89 dBm
---------------------------------	-----------

Hausnotruf und Assistenzdienste  
in Sachsen und Sachsen-Anhalt



# DRK SICHERHEITSUHR

AKTIV LEBEN. ABER SICHER.

Deutsches Rotes Kreuz  
Hausnotruf und Assistenzdienste  
in Sachsen und Sachsen-Anhalt

Servicecenter: 0351 64 80 10  
[info@leben-einfach-sicher.de](mailto:info@leben-einfach-sicher.de)  
[www.leben-einfach-sicher.de](http://www.leben-einfach-sicher.de)