



**Healthy
Cities**

By Sanitas

Healthy Cities 2021

Guía de Usuario

Contenido

1. Crea tu cuenta en la app Healthy Cities
2. Conecta tu dispositivo/app de actividad y apúntate al reto
3. Otras funcionalidades de la app
 1. Actividades: Apúntate al reto Healthy Cities
 2. Tu perfil y equipo
 3. Ranking
 4. Biblioteca
 5. Ayuda

1. Crea tu cuenta en Healthy Cities

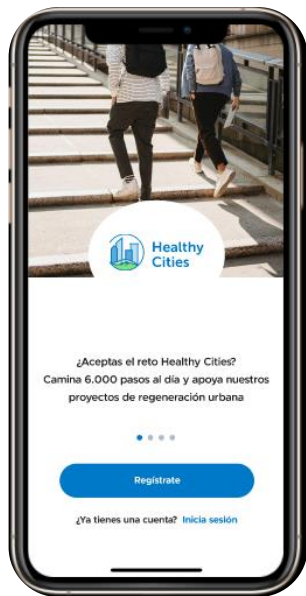


Reto Healthy Cities 2021

Descárgate la app **Healthy Cities**
de Google Play Store o iOS App Store

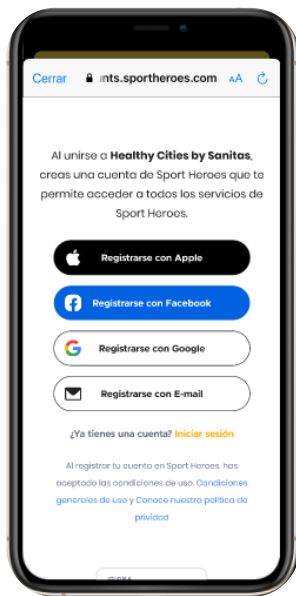


Crea tu cuenta

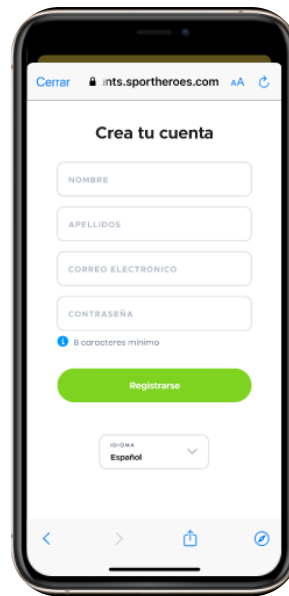


Bienvenido a Healthy Cities

Pulsa sobre "Regístrate"



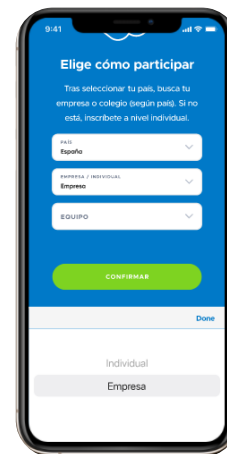
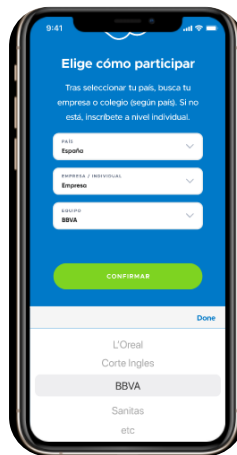
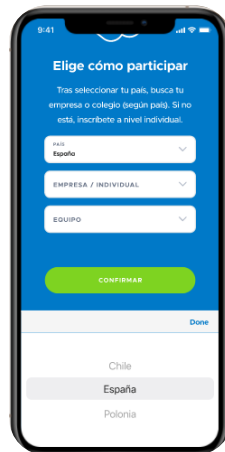
Selecciona cómo
quieres crear tu cuenta
(Apple, Facebook,
Google o email)



Completa tus datos de
registro para finalizar



Únete a tu equipo



1. Elige tu país
2. Elige tu forma de participar: Empresa/Individual
3. Elige tu empresa o la Comunidad Autónoma en el caso de participar a nivel individual



2. Conecta tu dispositivo o app de actividad



Si tienes un dispositivo Apple: Activa tu podómetro o conecta tu app o dispositivo de actividad



Conecta el podómetro de Apple a tu cuenta



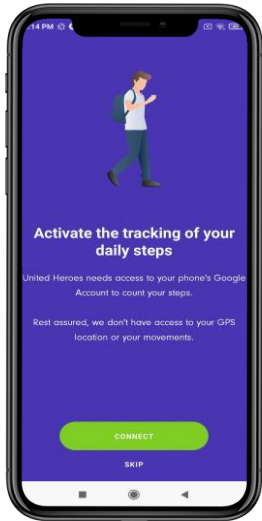
Permite el acceso a tu actividad diaria y tus pasos



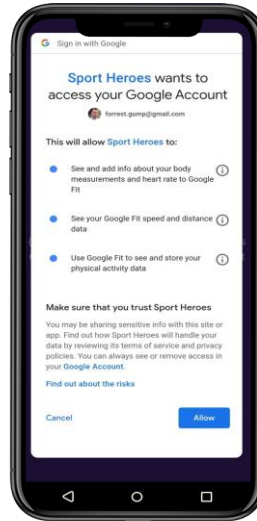
Conecta la app o dispositivo que quieras en la app de Healthy Cities y ¡listo!



Si tienes un dispositivo Android, activa tu podómetro y conecta tu app o dispositivo de actividad



Conecta el podómetro de tu móvil a tu cuenta



Permite el acceso a tus pasos diarios



Conecta la app o dispositivo que quieras en la app de Healthy Cities y ¡listo!



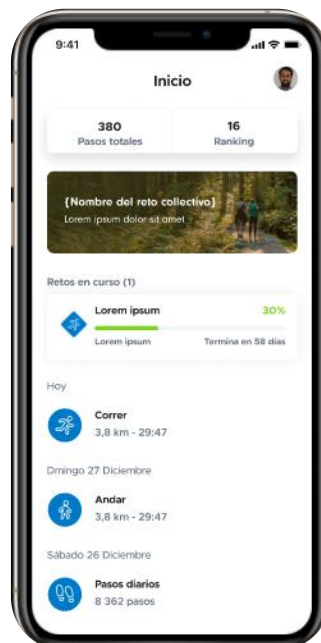
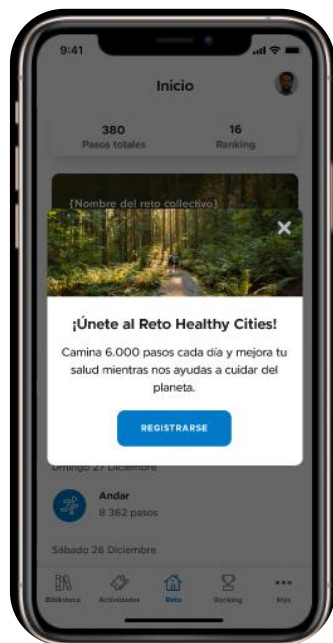
Apúntate al reto Healthy Cities

Tu podómetro y/o tu app ya están conectadas.

Revisa tu conexión y pasos diarios en la sección "Reto" del menú inferior en la app.



Apúntate al reto Healthy Cities



Debes apuntarte al reto Healthy Cities para sumar tus 6.000 pasos diarios a los de tu equipo.

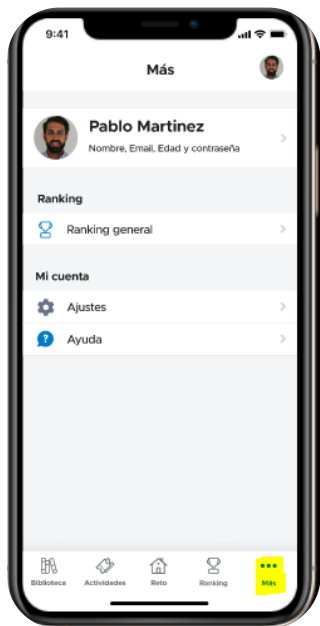
Puedes hacerlo en la sección "Actividades" del menú inferior o a través de la ventana que aparecerá al terminar el registro.

Cuando realices tus primeros pasos, aparecerán reflejados en la sección Inicio, donde podrás ver tu progreso.

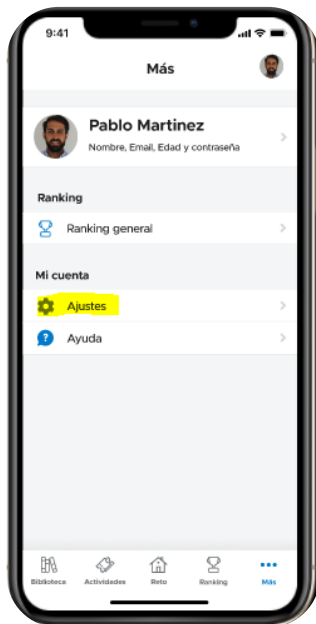


Conecta o cambia tu dispositivo o app en cualquier momento

Si no has conectado tu dispositivo o app tras crear tu cuenta, puedes hacerlo después siguiendo estos pasos:



Accede a la sección "Más" en el menú inferior



Pulsa sobre "Ajustes"

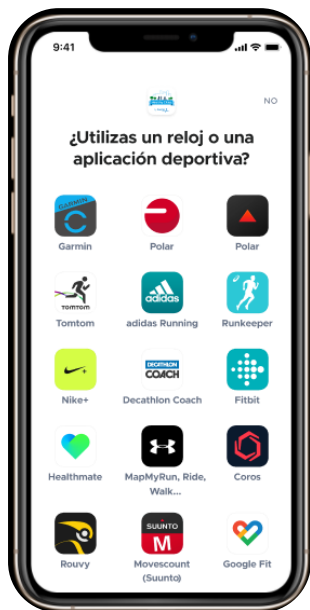


Pulsa sobre "aplicaciones conectadas"

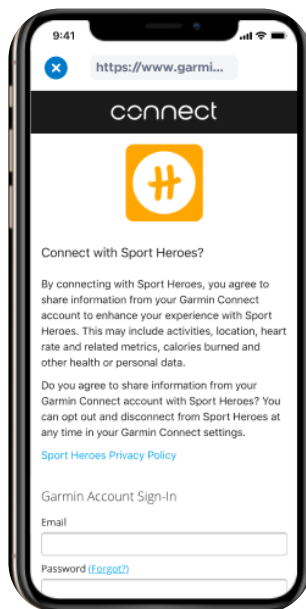


Conecta o cambia tu dispositivo en cualquier momento

Si no has conectado tu dispositivo o app tras crear tu cuenta, puedes hacerlo después siguiendo estos pasos:



Encuentra tu dispositivo o app en el listado y conéctate



Conéctate a través de la cuenta de tu dispositivo o app de actividad



Si usas un dispositivo Xiaomi debes conectarlo a Apple Health o Google Fit para sumar tus pasos al reto y seguir los pasos de conexión para Google (pg 9) o Apple (pg 8).



3. Otras funcionalidades



3.1 Actividades



Actividades

No te pierdas las demás propuestas de eventos dentro de la sección "Actividades" y apúntate a las que te interesen a través del email proporcionado.

Pulsa sobre "Otras Actividades" para consultarlas.



No te pierdas nada

Activa las notificaciones para no perderte nada.

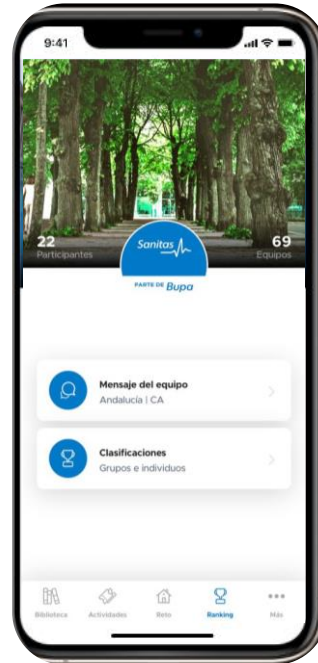


3.2 Tu perfil y equipo



Tu perfil

Podrás editar tus datos y tu foto , así como consultar tus pasos acumulados durante el mes y el reto

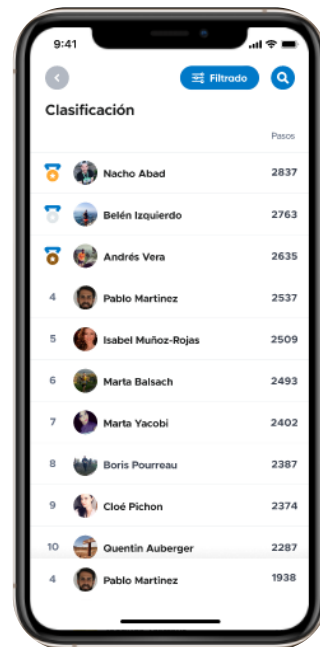
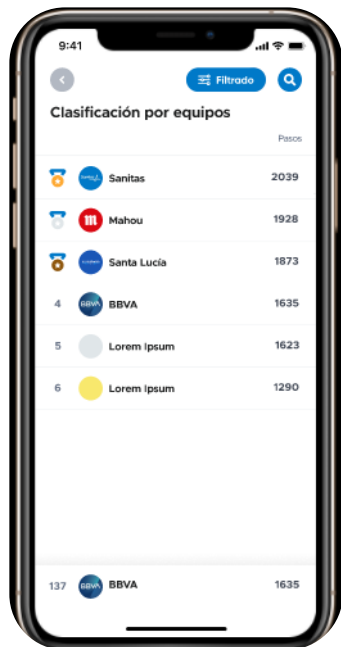


Motiva a tu equipo

Puedes publicar mensajes a través del chat de tu equipo para animaros a conseguir el reto y compartir fotos



3.3 Ranking



Sigue lo que hacen tus compañeros

En el ranking global podrás ver la posición del resto de gente participando en el reto y tu posición. Existen varios filtros para que puedas seleccionar los que más te interesen.

Nota: Para filtrar solo por empresas, debes buscar por **EMP** una vez pulses el icono de la lupa. En caso de que quieras filtrar por Comunidad Autónoma, busca por **CA**.



3.4 Biblioteca One Health

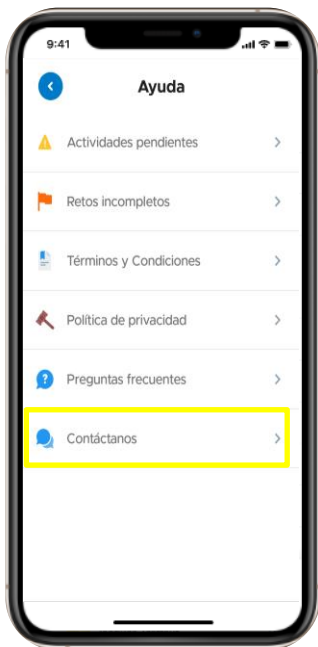


Descubre contenido exclusivo en nuestra Biblioteca

Consulta nuestros artículos y consejos sobre distintas temáticas saludables y sostenibles



3.5 ¿Necesitas ayuda?



Contacta con el equipo de soporte

Si no encuentras tu respuesta en la sección "preguntas frecuentes", envíanos tu pregunta a través de la sección "Contáctanos"

