

### 1) Forkortelser / Oversettelse

UV: Ultrafiolett stråling  
EET: Anbefalt makstid i solen  
SPF: Solkremfaktor  
Skin type: Hudtype

### 2) Hva er UVI

UVI er en multifunksjons UV-Måler som gir deg solens UV-indeks (se punkt 9), og kalkulerer hvor lenge det er anbefalt å oppholde seg i solen, ut i fra hvilken hudtype (se punkt 7) du har og hvilken solfaktor du bruker. Andre funksjoner er termometer og klokke.

Du kan kalkulere EET (Anbefalt makstid i solen). Denne beregningen av (EET) er basert på din hudtype, SPF (solkremfaktor) og den faktiske UV-strålingen fra solen.

### 3) Første gangs bruk

Fjern plastfliken som dekker batteriet, og still klokken.

For å stille klokken, gjør følgende:

- Trykk inn "Mode" og hold den nede i ca 3 sekunder
- "24h" (24 timer) vil nå blinke, den kan endres til 12 timer ved å trykke "Pluss" eller "Minus" knappen slik at "12h" dukker opp
- Minuttinnstillingen vil nå blinke og den kan endres ved å trykke "Pluss" eller "Minus" knappen
- Trykk "Mode" for å lagre minuttinnstillingen
- Timeinnstillingen vil nå blinke og den kan endres ved å trykke "Pluss" eller "Minus" knappen
- Trykk "Mode" for å avslutte timeinnstillingen
- Trykk "Mode" for å avslutte hele tidsinnstillingen

### 4) Temperaturinnstillinger

Trykk "Minus"-knappen for å veksle mellom °C og °F. PS: det tar litt tid før temperaturen justerer seg 100 %, eksempelvis hvis den ligger i solen for så å bli tatt inn i romtemperatur.

### 5) UV målingsinnstillinger

- Ved beskjeden stråling (lavere enn 1) vil ikke UV-måleren vise noe
- Trykk på knappen UV for å slå av/på UV-måler funksjonen
- Et lite UVI ikon vises i displayet når denne funksjonen er slått på.
- UV-målingen og en enkel graf til høyre i displayet vises og oppdateres hvert sekund.

### 6) EET funksjonen (Anbefalt makstid i solen)

OBS! UV må være på for å bruke EET (se punkt 5)

Trykk på "Mode" knappen for å veksle mellom EET og klokke.

- Trykk inn "Mode" knappen
- Ikonene "Skin type"(hudtype – les mer punkt 7) og "SPF" (solkremfaktor – les mer punkt 8) vil nå blinke. Standardinnstillingene vil nå vises (Hudtype 2 og solkremfaktor 15). Trykk "Pluss" knappen for å endre hudtype, og "Minus" for å endre solkremfaktor. For å lagre innstillingene, trykk "UV"
- UVI ikonet vil nå blinke og EET blir kalkulert. Trykk UV knappen når UVI-ikonet blinker, du vil da få opp EET opp i displayet. Trykk UV knapp en gang for å bekrefte/lagre den estimerte tiden som vises i displayet. (eks 11:58 01) . Nedtelling vil da starte.
- Når nedtelling er over varsles dette med et lydsignal. Hvilken som helst knapp vil deaktivere lydsignalet.
- For å endre estimert tid, bruk "Pluss" knappen til å justere timene og "Minus" knappen for å justere minuttene.

## 7) Hudtype innstillinger

Hudtype	Hudkategorier	Hudfarge (eksponert område)	Tidligere erfaringer
1	Blir som regel brent, aldri brun	Blek eller veldig blek	Rød, irritert hud med hevelser og flass
2	Ofte brent, men noe farge	Veldig lys brun, kan ha noen fregner	Vanligvis brent, rød/rosa hud. Utvikler seg ofte til en noe mørkere hudfarge
3	Ofte brun, men noe brent	Lys brun, brun. Tydelig pigment	Sjeldent brent, blir lett brun
4	Blir som regel brun, sjeldent brent	Brun eller mørk brun	Sjeldent brent, blir raskt brun

Klassifiseringene er utviklet i samarbeid med EPA, the U.S. Environmental Protection Agency

## 8) SPF (Solkremfaktor)

Velg solfaktor fra 1 til 50. Forhåndsvalgt verdi er 15.

## 9) UV Index

I følge "Global Solar UV Index" (mai 2004), laget av EPA, the U.S. Environmental Protection Agency

UVI	Eksponeeringskategori	Antall streker i display, høyre side	Solbeskyttelsesmelding
1-2	Lav	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bruk solbriller på klare dager. Vær obs på at snørefleksjon kan doble UV strålene</li> <li>- Hvis du lett blir brent, dekk til huden og beskytt deg med solfaktor</li> </ul>
3-5	Moderat	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ta forhåndsregler når du er ute, dekk til huden og bruk solfaktor</li> <li>- Opphold deg i skyggen midt på dagen når solen er på sitt sterkeste</li> </ul>
6-7	Høy	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beskyttelse mot solbrenthet er nødvendig</li> <li>- Reduser tiden du tilbringer i solen mellom 11.00 og 16.00</li> <li>- Dekk til huden, bruk solhatt og solbriller. Bruk også solfaktor</li> </ul>
8-10	Veldig høy	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ta ekstra forhåndsregler, ubeskyttet hud kan lett bli skadet og brent</li> <li>- Prøv å unngå solen mellom kl 11.00 og kl 16.00, hvis ikke; opphold deg i skyggen, dekk til huden og bruk solbriller. Bruk også høy solfaktor</li> </ul>
11+	Ekstrem	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ta alle forhåndsregler, ubeskyttet hud kan bli brent i løpet av minutter. Strandgjester bør være klar over at hvit sand og andre blanke/lyse overflater reflekterer UV stråler og vil derfor øke din UV eksponering</li> <li>- Unngå solen mellom kl 11.00 og kl 16.00</li> <li>- Opphold deg i skyggen, dekk til huden, bruk hatt og solbriller. Bruk også høy solfaktor</li> </ul>

## 10) Forhåndsvalgte innstillinger

Temperaturenhet: °C

Tidsformat:	24 timer
Automatisk avslutning:	10 sekunder
SPF (solkremfaktor):	15
Hudtype:	2