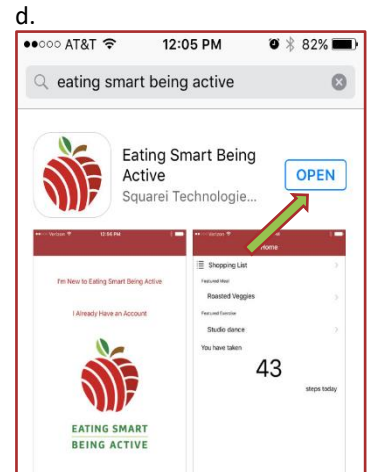
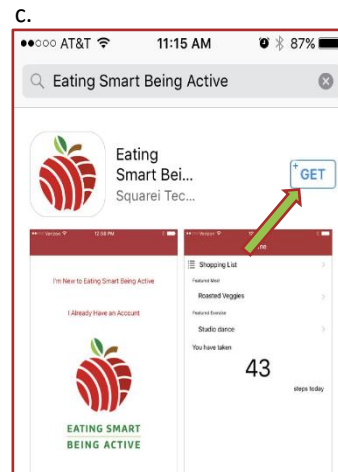
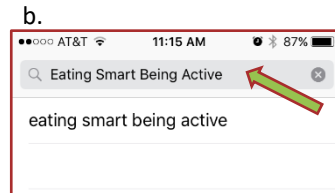
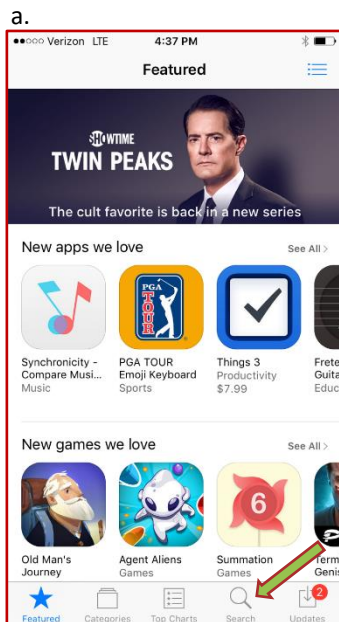


Downloading the *Eating Smart • Being Active* Mobile App for iPhone



**EATING SMART
BEING ACTIVE**

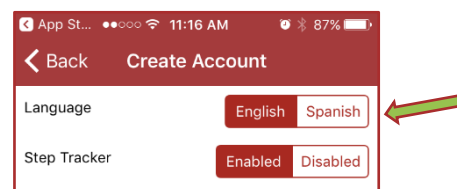
1. Go to the **APP STORE**
 - a. Tap the **SEARCH** icon
 - b. Type in **EATING SMART BEING ACTIVE**
 - c. Tap **GET**, and the app will download
 - d. Tap **OPEN**



2. **CREATE AN ACCOUNT** once the App is downloaded.
Tap **I'M NEW TO EATING SMART BEING ACTIVE**



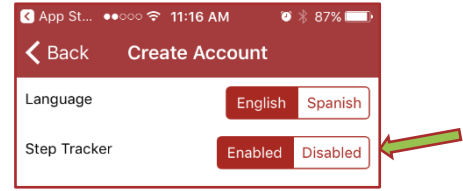
3. Choose a language **ENGLISH** or **SPANISH**



4. Either enable or disable the **STEP TRACKER**

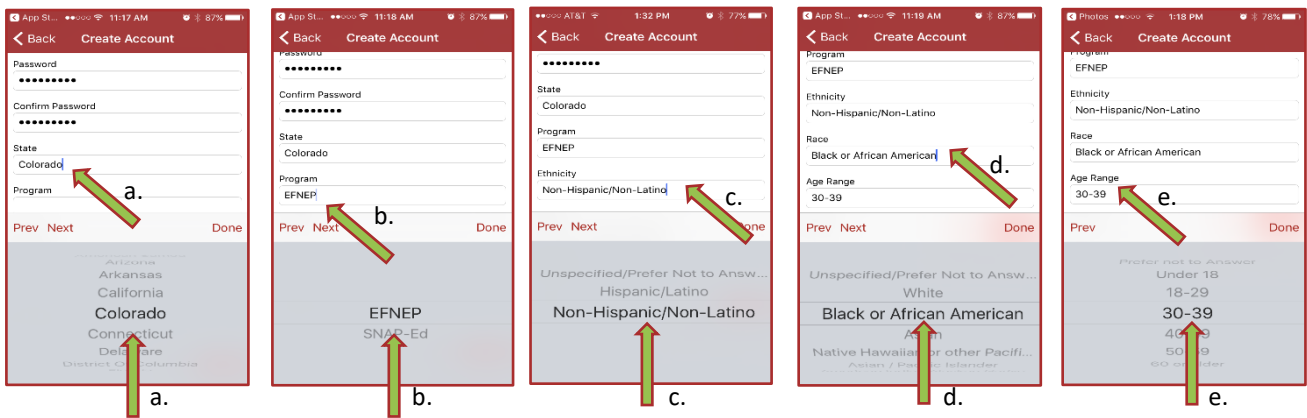
a. Some phones won't be able to track your steps. With newer smartphones, you can track your steps just by carrying the phone in your pocket. This feature is built into the Apple Health app on iPhones.

b. If you enable the Step Tracker, the app will use the steps recorded by your phone's Step Tracker and display them each time you open the app.



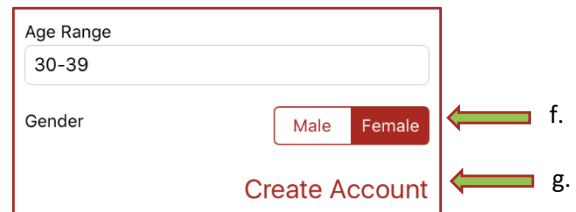
5. Fill in the next set of boxes for **EMAIL ADDRESS**, **PASSWORD**, and **CONFIRM PASSWORD**.

6. Use the drop down menus to select your **STATE (a)**, the **PROGRAM (b)**, your **ETHNICITY (c)**, **RACE (d)**, and **AGE RANGE (e)**.

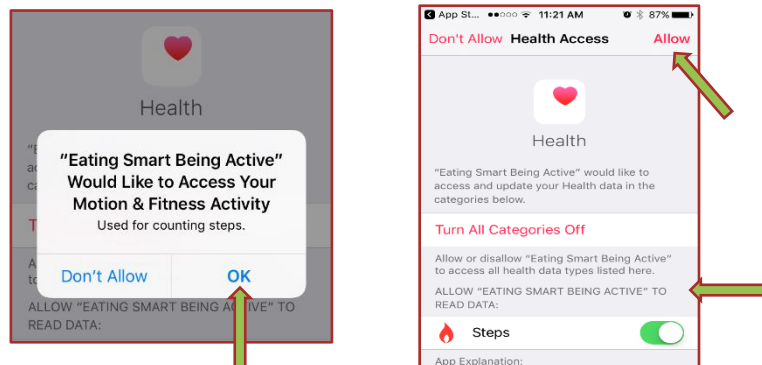


7. Choose your **GENDER (f)** – male or female

8. Tap **CREATE ACCOUNT (g)**



Note: If you are using an iPhone with a built in step tracker, a message will pop up asking you to allow the app to access this information. Tap **OK**, then tap the **STEPS** toggle button so it turns green, then tap **ALLOW** in the upper right hand corner of the screen.



You did it! The *Eating Smart • Being Active* mobile app should now be downloaded to your phone.

Cómo descargar la aplicación móvil de *Coma bien*

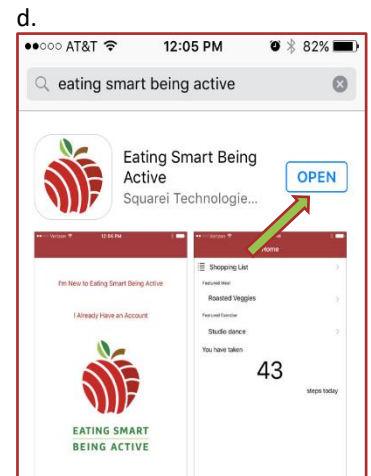
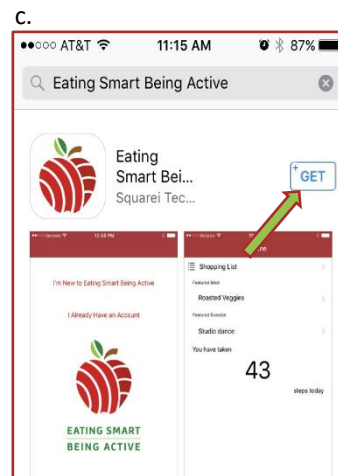
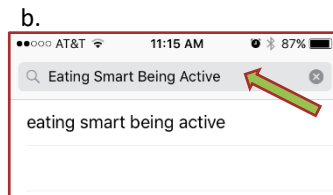
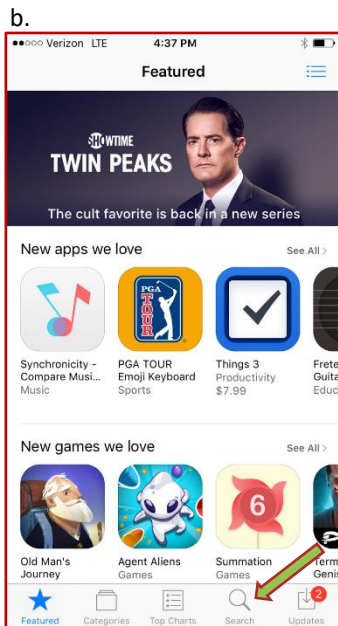
- *Manténgase activo en iPhone*



**EATING SMART
BEING ACTIVE**

1. Vaya a la APP STORE

- Toque el icono **SEARCH (BUSCAR)**
- Escriba **EATING SMART BEING ACTIVE**
- Toque **GET (OBTENER)** y se descargará la aplicación
- Toque **OPEN (ABRIR)**

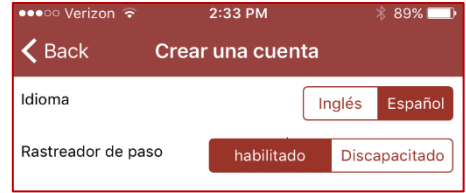


2. CREE UNA CUENTA una vez finalizada la descarga de la aplicación.

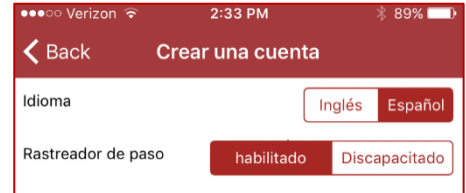
Toque **I'M NEW TO EATING SMART BEING ACTIVE**
(**SOY NUEVO EN COMA BIEN • MANTÉNGASE ACTIVO**)



3. Seleccione el idioma: **ENGLISH (INGLÉS)** o **SPANISH (ESPAÑOL)**.



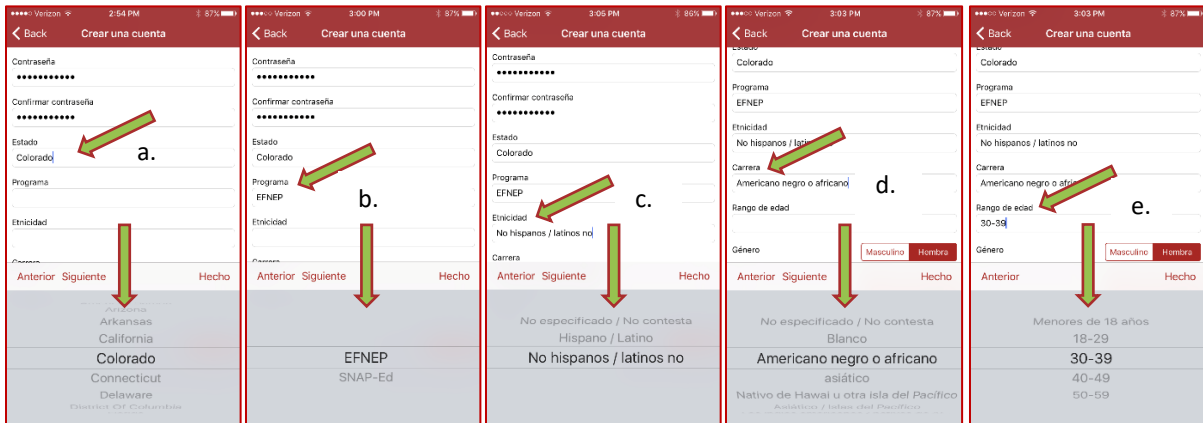
4. Active o desactive el **STEP TRACKER (RASTREADOR DE PASOS)**.



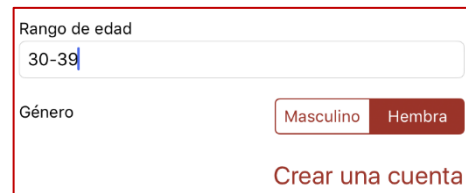
- a. Algunos teléfonos no podrán rastrear sus pasos. Con los teléfonos inteligentes más nuevos, puede rastrear sus pasos mientras lleva el teléfono en su bolsillo. Esta función está incorporada en la aplicación Apple Health de iPhone.
- b. Si activa el Step Tracker, la aplicación usará los pasos grabados por el Step Tracker de su teléfono y los mostrará cada vez que abra la aplicación.

5. Complete las siguientes casillas para **EMAIL ADDRESS (CORREO-E)**, **PASSWORD (CONTRASEÑA)** y **CONFIRM PASSWORD (CONFIRMAR CONTRASEÑA)**.

6. Use los menús desplegables para seleccionar su **STATE (ESTADO)(a)**, el **PROGRAM (PROGRAMA)(b)**, su **ETHNICITY (ORIGEN ÉTNICO)(c)**, su **RACE (RAZA)(d)** y su **AGE RANGE (RANGO DE EDAD)(e)**.



7. Seleccione su **GENDER (GÉNERO)(f)**: **male(masculino)** o **female (femenino)**.

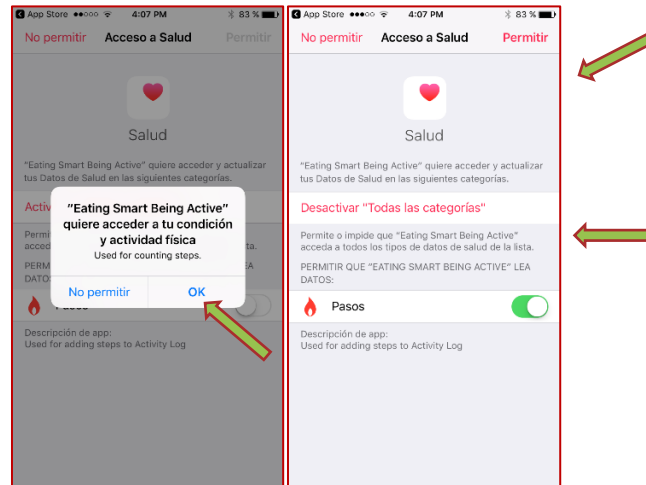


8. Toque **CREATE ACCOUNT (CREAR CUENTA)(g)**

Crear una cuenta

- f.
- g.

Nota: Si usa un iPhone con Step Tracker integrado, aparecerá un mensaje donde se le preguntará si desea permitirle a la aplicación acceder a esta información. Toque **OK (ACEPTAR)** y, a continuación, toque el botón de selección de **STEPS (PASOS)** para que se ponga de color verde y posteriormente toque **ALLOW (PERMITIR)** en la esquina superior derecha de la pantalla.



¡Lo logró! La aplicación móvil de *Coma bien • Manténgase activo* ya debería estar descargada en su teléfono.