



FOCUSBEZORGD.NL

## Focus Box Instructies

1. Trek de sticker van de opening af. De Focus Box gaat nu open.
2. Haal de punaise uit de onderzijde van het deksel. Deze is niet meer nodig.
3. Plaats de bijgeleverde AAA-batterijen in de poortjes aan de onderzijde van het deksel op de aangegeven wijze. Sluit de Focus Box.
4. Zit het deksel dicht en gaat het display niet aan (bijvoorbeeld doordat de punaise uit het deksel is gevallen of de batterijen verkeerd zitten)? Gebruik dan het bijgeleverde witte kabeltje om de Focus Box te openen. Plug het ene eind in de poort naast het display op het deksel en het andere in een USB-oplader of een PC. De Box springt nu aan en kan geopend worden.
5. Druk tegelijkertijd de H en de M- knop in om de Box te openen.
6. Doe het deksel dicht. Stel de timer in met behulp van de uur- (H) en minuut- (M) knop. Druk vervolgens op het slotje om het tijdslot te activeren. De timer begint nu af te tellen gedurende 5 seconden. Om de tijd nog te wijzigen drukt u een willekeurige knop in voordat de 5 seconden zijn verstreken. De timer wordt dan automatisch gereset.
7. Stoort u zich aan het geluid dat de Box maakt? Druk dan drie seconden achter elkaar de knop met het slotje in. U hoort een piepton en vervolgens is het geluid uitgeschakeld. Mocht u het geluid weer aan willen zetten, druk dan opnieuw 3 seconden op de knop.
8. **BELANGRIJK:** Bewaar het witte kabeltje goed. Zodra de batterijen leeg zijn (na circa 6-12 maanden) heeft u dit nodig om de Box te openen om de batterijen te vervangen. De kabeltjes worden niet los geleverd.

**LET OP:** Houd de Focus Box uit de hitte. Het materiaal zet uit door warmte waardoor het deksel klem kan gaan zitten.

Focus Bezorgd is niet verantwoordelijk voor eventuele schade of vervanging als gevolg van het gebruik van de Focus Box.

Vragen of opmerkingen? Mail ons gerust op [info@focusbezorgd.nl](mailto:info@focusbezorgd.nl).

We reageren altijd binnen 24 uur.



FOCUSBEZORGD.NL

## Hoe haal ik het meest uit mijn Focus Box?

### Tips voor gebruik

- Zet op je telefoon de meldingen uit of de vliegtuigstand aan voordat je deze in de Box doet.
- Wees creatief als iets niet in de Box past. Stel, je hebt een game console met 4 controllers, maar wil voorkomen dat je gaat gamen. De vier controllers passen niet allemaal tegelijk in de Box, maar de stroomkabel van de console wel. Ook kun je je afleidende spullen opbergen in een kastje of iets dergelijks dat op slot kan en vervolgens de sleutel in de Box leggen.
- Controleer de tijd die je instelt GOED. Stel je per ongeluk 45 uur in, i.p.v. 45 minuten, dan heb je een probleem. Er is namelijk GEEN manier om het slot te omzeilen.
- Wees consistent. Verbind het gebruik van de Box bijvoorbeeld aan een dagelijkse activiteit zoals lezen, of aan een tijdstip (bijv. een uur voor het slapengaan).
- Zet de Focus Box IN het zicht zodat je deze vaker opmerkt en daardoor gaat gebruiken. Zo maak je er snel een gewoonte van. Zodra je afleidende spullen eenmaal in de Box zitten is het handig om deze juist UIT het zicht te zetten.
- Bedenk welk doel je wilt behalen in de tijd dat de Focus Box gesloten is. Schrijf dit bijv. op een Sticky Note en plak deze op de Box.

#### Tips voor ouders:

- Overleg van tevoren met uw kind waarom en wanneer ze de Focus Box gaan gebruiken. Probeer te voorkomen dat ze de Box zien als een straf.
- Doe met uw kind mee! Leg jullie afleidende zaken gezamenlijk in de Box. Geef het goede voorbeeld.