

QUESS-Anwenderguide

Benutzerhandbuch



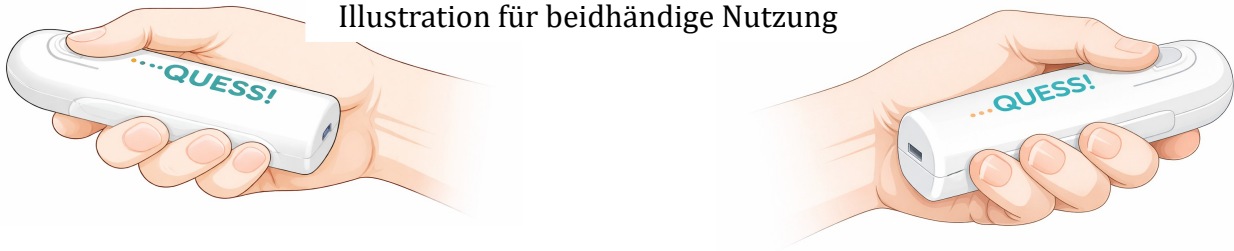
Legende – Benennung der Bauteile

- 1. Drucksensor**
Sensorische Eingabefläche, zur Erfassung von Messdaten und Steuerung von Funktionen
- 2. Eingebaute LEDs**
Mehrfarbige Statusanzeigen zur Darstellung von Betriebs- und Ladezustand, Bluetooth, Kalibrierung und Nutzungsbereitschaft
- 3. On/Off-Schalter**
Mechanischer Schalter zum manuellen Ein- und Ausschalten des Geräts
- 4. USB-C-Ladebuchse**
Anschluss zum Laden des integrierten Akkus über ein USB-C-Ladekabel

Modell: **QUESS®-Q1.0**

Charge: **QUESS®-Q1.0-0.2350-00**

Illustration für beidhändige Nutzung



QUICK-Start (ohne Bluetooth)

Nr.	Handlung		Zielstellung/Ergebnis	Ereignis
1			Gerät einschalten	
2	1-2 Sek. mit ca. 30-50% Kraft drücken		Gerät in Bereitschaft	
3	1-2 Sek. mit maximaler Kraft gleichmäßig drücken		 1. Kalibrierung	
4	1-2 Sek. mit maximaler Kraft gleichmäßig drücken		 2. Kalibrierung	
5	1-2 Sek. mit maximaler Kraft gleichmäßig drücken		 3. Kalibrierung	
6	1-2 Sek. mit maximaler Kraft gleichmäßig drücken		 4. Kalibrierung	
7	1-2 Sek. mit maximaler Kraft gleichmäßig drücken		 5. Kalibrierung	
8	Deine Kalibrierung ist erfolgreich abgeschlossen und QUESS ist zum Offline-Einsatz bereit.			
9	Stelle jetzt, laut oder in Gedanken, deine Frage oder formuliere eine Aussage, die sich nur mit „JA“ oder „NEIN“ beantworten lässt			
10	1-2 Sek. mit maximaler Kraft gleichmäßig drücken		Zustimmung/Stressfrei	 „JA“
11	1-2 Sek. mit maximaler Kraft gleichmäßig drücken		Ablehnung/Stress	 „NEIN“
12	1-2 Sek. mit maximaler Kraft gleichmäßig drücken		Frage/Aussage wiederholen	 kein Ergebnis
13	1-2 Sek. mit maximaler Kraft gleichmäßig drücken		Ablehnung/Stress	 „NEIN“

Wie ermittle ich den „richtigen“ Druck zum Kalibrieren und quessen?

Legen Sie die **Fingerbeeren** von **Daumen** und **Zeigefinger** **aufeinander** und **pressen** sie diese **so stark** zusammen, **wie Sie es können**. Merken Sie sich diese Kraft (das Gefühl zwischen Daumen und Zeigefinger).
Dies entspricht Ihren persönlichen 100% (Maximalkraft).

Drucksensor betätigt	Anzeige/Ereignis	Ursache / Maßnahme
		Druck war zu kurz oder nicht kräftig genug. Wiederhole den Vorgang. Beim quessen bedeutet zweimal dieselbe Anzeige = Ablehnung/ Stress
	 1 mal kurz	Druck war zu kurz oder nicht kräftig genug. Wiederhole den Vorgang.
	 1 mal kurz	

Video: [„Kalibrierung ohne Bluetooth“](#)

QUICK-Start (mit Bluetooth)

Nr.	Handlung	Zielstellung	Ereignis
1		Gerät einschalten	
2	 3 mal kurz mit beliebiger Kraft drücken	Bluetooth am QUESS einschalten	
3	 Bluetooth, Standort, QUESS-App	QUESS und App miteinander verbinden	
4	Gehe auf „QUESS Status“ und „nach Geräten suchen“	Verfügbares Gerät (QUESS) auswählen	
5	Wähle auf „Verfügbare Geräte“ QUESS“ aus	QUESS verbindet sich mit deiner App	
6	Gehe zurück zur Startseite deiner App	Wähle deine verfügbare App aus	„Entdecke die Möglichkeiten von QUESS“
7	Je nachdem welche App du benutzt oder welchen Auswahlbereich du nutzt, – Selbsterkenntnis, Selbsterfahrung, Eigene Fragen – wirst du von deiner App zur Kalibrierung aufgefordert.		
8	Solltest du vergessen haben, die App mit deinem QUESS zu verbinden, wirst du bereits nach wenigen Auswahlritten zum verbinden aufgefordert.		
9	Wenn du deine App schließt oder Bluetooth an deinem Handy trennst, blinkt dein QUESS blau, um dich darauf hinzuweisen, dass er bereit ist, sich mit dem Bluetooth deines Handys zu verbinden		

Video: [„Kalibrierung mit Bluetooth“](#)

Inhaltsverzeichnis

01.	Einführung.....	5
02.	Allgemeine Informationen.....	6
02.1	Hinweis.....	6
02.2	Widerrufs-/Rückgaberecht.....	6
02.3	Reklamationen.....	6
03.	Sicherheitshinweise.....	7
03.1	Bestimmungsgemäße Verwendung.....	7
03.2	Nicht bestimmungsgemäße Verwendung.....	7
04.	Warenzeichen.....	9
05.	Verpackungsinhalt.....	10
06.	Produktübersicht.....	11
07.	Verwendung des Produktes.....	12
07.1	Ein-/Ausschalten.....	12
07.2	LED Statusanzeigen.....	12
08.	Erste Schritte.....	13
09.	Nutzung ohne Bluetooth.....	14
09.1	Kalibrierung.....	14
09.2	Offline Nutzung.....	16
10.	Nutzung mit Bluetooth.....	17
10.1	Verbinden mit App.....	17
10.2	Kalibrierung.....	17
10.3	Online Nutzung.....	17
11.	Ladezustand des Akku.....	19
11.1	Sicherheitshinweise.....	19
12.	Wartung, Pflege und Reinigung.....	21
12.1	Aufbewahrung des Produktes.....	21
13.	Fehlerbehebung.....	22
14.	Technische Daten.....	25
15.	Konformitätserklärung.....	26

1. Einführung

Vielen Dank, dass Sie sich für QUESS entschieden haben.

QUESS ist ein elektronisches Gerät mit integrierter Bluetooth-Funktechnologie und wurde entwickelt, um Sie bei der Erfassung und Interpretation sensorischer Messsignale zu unterstützen und eine klare, strukturierte Rückmeldung während der Anwendung zu ermöglichen. Das Gerät verbindet moderne Sensortechnologie mit einer intuitiven Bedienung und dient als funktionales Hilfsmittel im vorgesehenen Einsatzbereich.

Es wurde ausschließlich für den privaten Gebrauch entwickelt und entspricht den geltenden europäischen Richtlinien.

Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät erstmals verwenden. Sie enthält wichtige Hinweise zur sicheren Handhabung, zur Inbetriebnahme sowie zur korrekten Nutzung von QUESS. Die Beachtung dieser Informationen trägt dazu bei, einen zuverlässigen Betrieb und eine lange Lebensdauer des Geräts sicherzustellen.



2. Allgemeine Informationen

Hinweis

Die Informationen in diesem Dokument können ohne vorherige Ankündigung geändert werden und stellen keine Haftung der METSys GmbH dar. Kein Teil dieser Anleitung darf ohne schriftliche Genehmigung reproduziert oder vervielfältigt werden.

© METSys GmbH

Version: QUESS-Q1.0

Stand: Februar 2026

Reklamationen

Für den Fall einer berechtigten Reklamation ist die Angabe der Rechnungsnummer erforderlich, damit Ihre Reklamation bearbeitet werden kann. Die Rechnungsnummer finden Sie auf dem Verkaufsbeleg oder dem PDF-Dokument zur Auftragsbestätigung.

Vielen Dank, dass Sie sich für unseren QUESS entschieden haben!

Widerrufs-/Rückgaberecht

Wenn Sie von Ihrem Widerrufs-/Rückgaberecht Gebrauch machen möchten, bitten wir Sie, auf die Originalverpackung zu achten. Wir können die Rückgabe von QUESS nur in der Originalverpackung akzeptieren. Wenn Sie QUESS ohne Originalverpackung zurückgeben, werden wir dies nicht akzeptieren.

Im übrigen gelten die diesbezüglichen Bestimmungen unserer AGB's auf unserer Webseite:
www.my-quess.de/kopie-vom-impressum

3. Sicherheitshinweise

Allgemeine Sicherheit

Dieses Produkt ist kein Spielzeug.

Von Kindern fernhalten.

Gerät nicht öffnen, modifizieren oder reparieren.

Setzen Sie das Gerät keiner Feuchtigkeit, Hitze oder direkter Sonneneinstrahlung aus.

Akku & Laden

Verwenden Sie nur geeignete USB-Netzteile.

Laden Sie das Gerät nur bei Umgebungstemperaturen zwischen 10 °C und 30 °C.

Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn es beschädigt ist.

Funktechnologie

Funkgeräte können in sensiblen Umgebungen (z. B. medizinische Einrichtungen) Störungen verursachen. Schalten Sie das Gerät aus, wenn dies vorgeschrieben ist.

Bestimmungsgemäße Verwendung

QUESS ist ein **sensorbasiertes elektronisches Messgerät mit begleitender App**, das zur **Unterstützung der Selbstwahrnehmung, Selbstreflexion und persönlichen Orientierung** eingesetzt wird.

QUESS ist vorgesehen für:

- die **bewusste Wahrnehmung individueller körperlicher Reaktionen**
- die **unterstützende Selbstreflexion** im Zusammenhang mit persönlichen Fragestellungen
- die **Förderung von Achtsamkeit, innerer Klarheit und Selbstführung**
- die **strukturierte Begleitung persönlicher Entwicklungs- und Reflexionsprozesse**
- die Nutzung **im privaten, nicht-medizinischen Umfeld**

Die Nutzung erfolgt durch eine **aktive, bewusste Interaktion der Anwenderin bzw. des Anwenders** mit dem Gerät und der zugehörigen App. QUESS liefert dabei **keine Diagnosen, Bewertungen oder**

Nicht bestimmungsgemäße Verwendung

Eine andere als die zuvor beschriebene Verwendung gilt als **nicht bestimmungsgemäß**.

Insbesondere gilt die Verwendung als nicht bestimmungsgemäß bei:

- Nutzung zur **medizinischen Diagnose, Therapie oder Behandlung**
- Nutzung zur **Beurteilung, Vorhersage oder Steuerung gesundheitlicher Zustände**
- Nutzung als **Entscheidungsgrundlage für medizinische, therapeutische oder sicherheitsrelevante Maßnahmen**
- Nutzung bei **Kindern oder Personen**, die die Inhalte und Hinweise nicht selbstständig einordnen können
- Nutzung unter **Einfluss von Alkohol, Drogen oder bewusstseinsverändernden Substanzen**
- **technischen Veränderungen**, Manipulationen oder Zweckentfremdung des

Handlungsanweisungen, sondern stellt **hinweisgebende Informationen** auf Basis individueller Mess- und Rückmeldesignale bereit.

QUESS ist **kein Medizinprodukt, kein Diagnose-, Therapie- oder Heilmittel** und **kein Ersatz für medizinische, psychologische oder therapeutische Beratung oder Behandlung**.

Geräts

- Nutzung in **sicherheitskritischen Umgebungen** oder in Situationen, die volle Aufmerksamkeit erfordern

Eine nicht bestimmungsgemäße Verwendung kann zu **Fehlinterpretationen, Sachschäden oder gesundheitlichen Risiken** führen. Für daraus resultierende Schäden übernimmt der Hersteller keine Haftung.

Hinweis:

Bevor Sie QUESS verwenden, lesen Sie bitte zuerst die Sicherheitshinweise und das QUESS Anwender-Guide sorgfältig durch. Nur so können alle Funktionen sicher und zuverlässig genutzt werden.

Das Gerät ist ausschließlich für den privaten Gebrauch bestimmt. Jede andere Verwendung gilt als nicht bestimmungsgemäß und kann zu Sach- oder Personenschäden führen.

4. Warenzeichen

QUESS ist eine **Marke** der **METSys GmbH**.

Sofern nicht anders angegeben, sind alle in diesem Anwenderguide genannten Produkt- und Firmennamen Warenzeichen oder eingetragene Warenzeichen der jeweiligen Rechteinhaber. Die Verwendung dieser Namen erfolgt ausschließlich zu Identifikations- und Beschreibungszwecken.

- Bluetooth® ist eine eingetragene Marke der Bluetooth SIG, Inc.
- Android™ ist eine Marke von Google LLC.
- iOS® und Apple® sind eingetragene Marken der Apple Inc.
- Google® ist eine eingetragene Marke der Google LLC.

Die Nennung von Warenzeichen Dritter impliziert keine Verbindung, Genehmigung, Empfehlung oder Unterstützung durch die jeweiligen Markeninhaber.



5. Verpackungsinhalt

Bitte prüfen Sie nach dem Auspacken, ob alle Teile vollständig enthalten sind:

1× QUESS Gerät

1× USB-C-Ladekabel ist nicht im Lieferumfang enthalten*

* zum Laden des eingebauten Li-Ionen-Akkus können Sie jedes handelsübliche Ladekabel verwenden, mit welchem Sie z. B. auch Ihr Smartphone/I-Phone laden.



6. Produktübersicht

QUESS verfügt über folgende Bedienelemente und Anschlüsse:

- Drucksensor
- Eingebaute LEDs
- On/Off-Schalter
- USB-C-Ladebuchse

(Siehe Abbildung „Produktübersicht QUESS“)



Statusanzeigen LED für den Akku-Ladezustand

Batterieladung des Li-Ion-Akkus
100% bis 20%

Batterieladung des Li-Ion-Akkus
kleiner 20%

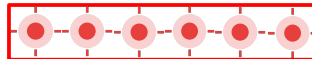
Batterieladung des Li-Ion-Akkus
kleiner 5%

Während Ladevorgang leuchtet LED gegenüber des
on/off Schalter

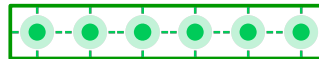
Keine Anzeige



blinkt in regelmäßigen
Zeitintervallen 5 mal



leuchtet dauerhaft



leuchtet dauerhaft bis

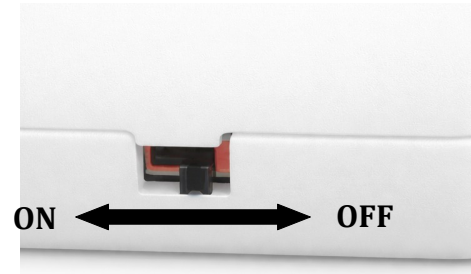
Selbst im Ladezustand von weniger als 5% dauert es in der Regel nicht länger als 60 Minuten, bis dein QUESS wieder vollständig aufgeladen ist.

7. Verwendung des Produktes

Ein- und Ausschalten

Einschalten: On/Off-Schalter auf Position „On“

Ausschalten: On/Off-Schalter auf Position „Off“



LED Statusanzeigen

Die LEDs zeigen unter anderem folgende Betriebszustände an:

Eingeschaltet: LED leuchtet Grün-Rot-Blau und erlischt



Betriebsbereit LED leuchtet dauerhaft Grün



Ladevorgang: QUESS leuchtet im Bereich der USB-C-Ladebuchse dauerhaft Grün



Niedriger Akkustand: QUESS blinkt im Bereich des Drucksensor Rot oder leuchtet dauerhaft Rot



8. Erste Schritte

Auspacken und Sichtprüfung

Nehmen Sie QUESS vorsichtig aus der Verpackung und entfernen Sie sämtliches Schutzmaterial.

Überprüfen Sie das Gerät auf sichtbare Beschädigungen. Das Gehäuse sollte unversehrt sein, die Oberfläche frei von Rissen oder Verformungen. Verwenden Sie QUESS nicht, wenn äußerliche Schäden erkennbar sind.

Stellen Sie sicher, dass alle vorgesehenen Bestandteile vorhanden sind:

- QUESS Gerät
- ggf. weitere Zubehörteile gemäß Lieferumfang

Bewahren Sie die Verpackung für eventuelle Transporte oder Rücksendungen auf.

Erstes Aufladen

Der Akku von QUESS ist bei der Auslieferung bereits betriebsbereit. Vor der ersten Nutzung empfehlen wir dennoch, QUESS vollständig aufzuladen.

1. Verbinden Sie ein passendes USB-C-Ladekabel mit dem dafür vorgesehenen Anschluss am Gerät.
2. Schließen Sie das Kabel an eine geeignete Stromquelle (z. B. USB-Netzteil oder Computer) an.
3. Die Statusanzeige signalisiert den Ladevorgang durch ein entsprechendes Lichtsignal.

Sobald der Ladevorgang abgeschlossen ist, ändert sich die Anzeige entsprechend dem aktuellen Gerätestatus.

Verwenden Sie ausschließlich geeignete und technisch einwandfreie Ladegeräte.

Vorbereitung zur Inbetriebnahme

Nach dem Aufladen ist QUESS betriebsbereit. Sie können QUESS offline (ohne App) oder mit unserer App nutzen.

Stellen Sie in diesem Fall sicher, dass:

- die zugehörige QUESS App auf Ihrem Smartphone installiert ist
- Bluetooth® und Standort-Anzeige auf Ihrem Smartphone aktiviert ist

Laden Sie die QUESS-App ausschließlich aus den offiziellen App-Stores herunter.

Erste Inbetriebnahme

1. Schalten Sie QUESS gemäß der Gerätekennzeichnung ein.
2. Im Offline-Betrieb folgen Sie den Schritten, wie unter „[Kalibrierung ohne Bluetooth](#)“ erläutert ist.
3. Bei einer Nutzung mit App, öffnen Sie die QUESS App auf Ihrem Smartphone.
4. Folgen Sie den Anweisungen in der App, um das Gerät zu koppeln.

Während der ersten Verbindung kann es einige Sekunden dauern, bis QUESS erkannt wird.

Nach erfolgreicher Kopplung ist QUESS einsatzbereit.

Funktionsprüfung

Vor der ersten Anwendung empfiehlt sich eine kurze Funktionsprüfung:

- Halten Sie QUESS wie in den Anleitungen und der App beschrieben.
- Achten Sie auf die Statusanzeige.
- Prüfen Sie, ob das Gerät in der App korrekt erkannt wird.

Bei Unregelmäßigkeiten starten Sie das Gerät neu oder wiederholen Sie den Kopplungsvorgang.

Hinweis

QUESS ist für die Anwendung im vorgesehenen Einsatzbereich konzipiert.

Lesen Sie vor der ersten Nutzung alle Sicherheits- und Anwendungshinweise vollständig durch.

9. Nutzung ohne Bluetooth (ohne App)

Allgemeine Hinweise zur Nutzung von QUESS mit und ohne App

Die Nutzung des QUESS ist sowohl für Rechts- wie auch Linkshänder möglich. Benutzen Sie vorzugsweise die dominante Hand, indem Sie das Gerät (vgl. Abbildung) mit der jeweiligen Hand umschließen.



Platzieren Sie den Daumen so, dass er auf dem Drucksensor zum liegen kommt. Der Zeigefinger soll auf der gegenüberliegenden Seite, in der Griffmulde sein.

Es ist sehr wichtig, dass Sie in der Lage sind, mit Daumen- und Zeigefingerspitze einen möglichst gleichmäßig starken Druck auszuüben. Stellen Sie sich dabei vor wie Sie Daumen und Zeigefinger aufeinander zubewegen.



Bei fehlerhafter Kalibrierung, schalten Sie den QUESS kurz aus, ermitteln den persönlichen Maximaldruck zwischen Daumen und Zeigefinger und kalibrieren erneut korrekt.

Bei der Benutzung des QUESS ist stets darauf achten, dass der Druck gleichmäßig und kräftig ist. Versuchen Sie nicht bewusst (absichtlich) zu stark oder schwach zu quessen. Dies verfälscht das Ergebnis.

Was ist Kalibrierung und warum kalibrieren?

Bei der Kalibrierung werden, mittels isometrischer Kraftmessung, temporäre Standardwerte ermittelt. Diese dienen dem QUESS als individuelle Referenzwerte, für alle späteren Anwendungsfälle.

Der menschliche Organismus unterliegt ständigen Veränderungen. Faktoren wie Aufmerksamkeit, emotionale Verfassung, äußere Einflüsse oder körperliche Aktivität, können messbare Reaktionen beeinflussen. Da QUESS die Resonanz zwischen einer Fragestellung und der körperlichen Antwort bewertet, benötigt das Gerät definierte Vergleichswerte, die Ihren momentanen physischen und psychischen Zustand widerspiegeln.

Während der Kalibrierung werden fünf Messungen durchgeführt. Diese dienen dazu, eine individuelle Ausgangsbasis zu definieren. Auf Grundlage dieser Referenzwerte kann QUESS spätere Messungen korrekt einordnen.

Wird QUESS für einen Zeitraum von etwa 30 Minuten nicht verwendet, empfiehlt sich eine erneute Kalibrierung. In dieser Zeit können bereits Veränderungen im körperlichen oder mentalen Zustand auftreten, die eine neue Referenz sinnvoll machen.

Die Kalibrierung stellt somit sicher, dass jede Anwendung auf Ihrem aktuellen Zustand basiert und nicht auf zuvor erfassten Werten.

Wie ermittle ich den persönlichen Maximal-Druck

Für jeden Menschen existiert eine Kraft zwischen Daumen und Zeigefinger, die er maximal erzeugen kann. Dieser Maximalwert ist der einzig definierbare Kraftwert, der nur geringfügigen Schwankungen unterliegt und deshalb in unterschiedlichen Messungen annähernd reproduzierbar ist. Legen Sie die Fingerkuppen von Daumen und Zeigefinger, wie im obigen Bild gezeigt, aufeinander und pressen Sie die Fingerspitzen **so stark, wie möglich zusammen**. Spüren Sie das Gefühl zwischen Daumen und Zeigefinger: dies entspricht Ihrem **persönlichen Maximaldruck**.



Wann mit persönlichen Maximaldruck kalibrieren?

Die **Kalibrierung ohne App** sollte **immer** im Bereich der **Maximalkraft** erfolgen und über alle fünf Messungen möglichst gleichmäßig sein. Bei der weiteren Nutzung des QUESS, ohne App, ist darauf zu achten, dass jede **Frage** oder Aussage, **wie bei der Kalibrierung**, mit möglichst **maximaler Kraft** zu **quessen** ist.

Wie kalibriere ich meinen QUESS?

Die Kalibrierung ist der wichtigste Vorgang beim quessen. Bei korrekter Kalibrierung „lernt“ der QUESS eine starke von einer schwächeren Resonanz zu unterscheiden. Wird der QUESS mit zu wenig Kraft kalibriert, entstehen möglicherweise ungenaue oder gar widersprüchliche Ergebnisse (zwei gegensätzliche Aussagen sind z. B. beide „richtig“ oder „falsch“). Dies ist kein Geräte- oder Anwendungsfehler, sondern lässt sich auf eine ungenaue (zu schwache) Kalibrierung zurückführen.

Kalibrierung	ohne App	mit App
QUESS einschalten	JA	JA
LED's	grün-rot-blau-aus	grün-rot-blau-aus
Druck auf Sensor (mittelstark)	für 1 Sekunde	3 mal kurz
LED's	grün	blau blinkend
mit App verbinden	NEIN	JA
App-Anweisung folgen	NEIN	JA
Sensor mit maximaler Kraft	JA	NEIN
Sensor gleichmäßig, kräftig	JA	JA
Sensor intuitiv auf Testaussage	NEIN	JA
LED's bei Kalibrierung	rot-grün	keine
Abschluss	grün-rot (gelb)	App-Anzeige

Hinweis: Beachten Sie die Kalibrierungsvideos und Erläuterungen auf unserer Webseite und YouTube

Offline Nutzung

Nach erfolgreicher Kalibrierung kann QUESS auch ohne aktive Verbindung zur App genutzt werden. In diesem Modus arbeitet das Gerät auf Basis der zuvor erfassten Referenzwerte und reagiert direkt auf Ihre jeweilige Anwendungssituation.

Die Offline-Nutzung eignet sich besonders für Momente, in denen eine schnelle, unmittelbare Rückmeldung gewünscht ist – ohne Smartphone, ohne Ablenkung, ohne zusätzliche Einstellungen.

Wann kann die Offline-Nutzung sinnvoll sein?

Im Alltag entstehen viele Situationen, in denen eine bewusste Selbstwahrnehmung hilfreich sein kann.

Beispiele:

- Vor einer Entscheidung
Sie stehen vor zwei Optionen und möchten prüfen, welche sich stimmiger anfühlt.
- Im beruflichen Kontext
Vor einem Gespräch, einer Präsentation oder einer wichtigen Antwort.
- Bei persönlichen Fragestellungen
Wenn Gedanken kreisen und Sie Klarheit suchen.

- Im Gespräch mit anderen Menschen
Um die eigene innere Reaktion bewusst wahrzunehmen.
- Bei neuen Ideen oder Impulsen
Um eine erste Resonanz zu erfassen.

In der Offline-Anwendung dient QUESS als unmittelbare Referenz zwischen Fragestellung und körperlicher Reaktion. Die Auswertung erfolgt dabei nicht visuell über die App, sondern direkt über das Gerät gemäß den bekannten Statusanzeigen.

Hinweise zur Offline-Nutzung

- Stellen Sie sicher, dass vorab eine Kalibrierung durchgeführt wurde.
- Verwenden Sie QUESS in ruhiger, konzentrierter Haltung.
- Vermeiden Sie äußere Ablenkungen.
- Bei längerer Nutzungspause (ca. 30 Minuten oder mehr) empfiehlt sich eine erneute Kalibrierung.

Die Offline-Anwendung ersetzt nicht die App-Funktionen, sondern ergänzt diese um eine reduzierte, unmittelbare Nutzung im Alltag.



10. Nutzung mit Bluetooth (mit App)

Hinweise vor erster Nutzung

Für die Nutzung mit Bluetooth (mit App) gelten dieselben Hinweise zur Hand- und Fingerhaltung, wie bei der Offline Nutzung ohne App.

Ebenso sollten Sie auf dieselbe Art und Weise den **„richtigen“ Druck zum Kalibrieren und quessen** ermitteln, wie im vorigen Punkt erläutert.

Folgen Sie dazu den Anleitungen unter Punkt 9.

„Nutzung ohne Bluetooth (ohne App)“.

Die weiteren ersten Schritte sind mit der Nutzung des QUESS ohne App nahezu identisch.



Verbinden mit QUESS-App

Dieser Vorgang ähnelt dem Start des QUESS ohne App. Nachdem Sie Ihren QUESS eingeschaltet haben (rot-grün-blau-aus) nehmen Sie ihn, wie oben beschrieben in die Hand, mit welcher Sie quessen wollen.

Drücken Sie dreimal kurz hintereinander auf den Drucksensor. Der Druck sollte spürbar, aber nicht allzu stark sein. Wenn Sie den Drucksensor loslassen, blinkt Ihr QUESS dauerhaft blau und zeigt damit seine Bereitschaft an, mit Ihrer App verbunden zu werden.

Nehmen Sie Ihr Handy und öffnen Sie die QUESS-App. Achten Sie darauf, dass Bluetooth und Standort an Ihrem Handy eingeschaltet sind. Gehen Sie auf den Button „QUESS Status“ und dann auf den grünen Button „Nach Geräten suchen“. Es erscheint der rote Button „Suche beenden“. Unter diesem Button finden Sie das Feld: „Verfügbare Geräte“ und „QUESS“. Aktivieren Sie durch anklicken dieses Feld und es erscheint „Verbinde“. Nach kurzer Zeit erscheint „Verbunden“ mit den zugehörigen Geräteinformationen. Wenn QUESS und App verbunden sind beendet der QUESS sein blaues blinken.

Über den roten Button „Verbindung trennen“ können Sie die Bluetooth-Verbindung wieder deaktivieren. Wenn Sie die App beenden, ohne den

Kalibrierung

Der Kalibrierungsvorgang ist an entsprechender Stelle in die App eingebunden.

Je nachdem, welche Version der App Sie benutzen, werden Sie durch den Prozess geleitet und müssen irgendwann die Kalibrierung durchführen.

Bei der Kalibrierung mit App, werden **5 zufällige Kalibrierungsaussagen** von der App mitgeteilt. Reagieren Sie **spontan** und **innerhalb einer Sekunde** auf die jeweilige Aussage und betätigen Sie den Drucksensor Ihres QUESS, **intuitiv**, nach dem **eigenem Gefühl**, mit einem **gleichmäßig, starkem Druck**.

Die fünf Haken und der und der Fortschrittsbalken zeigen den Status der Kalibrierung. Achten Sie auch auf weitere Hinweise in der App.

Diese Art der Kalibrierung ähnelt sehr stark dem späteren quessen Ihrer Fragen und Aussagen und **ist deshalb zu bevorzugen**. **Kalibrieren** Sie, wann immer möglich, **mit Ihrer App**.

Nach der Gerätekalibrierung steht die Frage nach Ihrer persönlichen Testbereitschaft. Wenn Sie sich in einem persönlich stabilen Zustand befinden, können Sie dies mit „Ja“ bestätigen. Wenn Sie sich dagegen nicht sicher sind, werden Sie über „Nein“ zu weiteren fünf Fragen geführt, mit denen Sie ihre Testbereitschaft überprüfen und in den meisten Fällen auch herstellen können.

QUESS auszuschalten, wird dieser erneut anfangen blau zu blinken. Er zeigt damit an, dass er weiterhin nach einer Bluetooth-Verbindung mit Ihrem Handy sucht. Schalten Sie daher auch Ihr Handy aus.

Online Nutzung

Die Online Nutzung ist dank interaktiver Themenbereiche, mit weit über tausend vorgefertigten, persönlichen Themenfeldern, sowie der unbegrenzten Nutzung eigener, persönlicher Fragen (je nach App), theoretisch unbegrenzt und in jedem denkbaren Lebensbereich möglich. Bitte beachten Sie jedoch, dass es sich weder bei der offline – noch bei der online-Nutzung, um ein therapeutisches oder medizinisches Gerät handelt. QUESS ist kein „Lügendetektor“ sondern ein Resonanzgeber, der Hinweise auf das liefert, was bereits in Ihnen ist, bisher aber vielleicht noch nicht erkannt worden ist.

Beachten Sie auch das Video: [„Kalibrierung mit Bluetooth“](#)

Besuchen Sie uns in Ihrem App-Store



App Store for iPhone



Google Play Store

11. Ladezustand des Akku

1. Verbinden Sie die USB-C-Ladebuchse mit einem geeigneten 5V USB-Netzteil.
2. Während des Ladevorgangs zeigt die LED im hinteren Teil des QUESS den Ladezustand an.
3. Die vollständige Ladezeit beträgt im allgemeinen weniger als eine Stunde.
4. Laden Sie das Gerät nur bei Umgebungstemperaturen zwischen 10 °C und 30 °C

Hinweis:

Lithium-Ionen-Akkus sollten idealerweise bei einer Umgebungstemperatur von 10 °C bis 30 °C geladen werden. Der optimale Bereich liegt bei kühler Raumtemperatur zwischen 15 °C und 25 °C. Temperaturen unter 0 °C sollten beim Laden vermieden werden, da dies zu dauerhaften Schäden führen kann.

Sicherheitshinweise zum Lithium-Ionen-Akku

Allgemeine Sicherheit

- Das QUESS-Gerät enthält einen **Lithium-Ionen-Akku**.
- Lithium-Ionen-Akkus können bei unsachgemäßem Gebrauch **überhitzen, Feuer fangen oder explodieren**.
- **Beachten Sie die folgenden Hinweise unbedingt.**

Laden

- Laden Sie das Gerät **ausschließlich mit dem vorgesehenen Ladeanschluss**.
- Verwenden Sie **keine beschädigten Kabel oder Netzteile**.
- Laden Sie das Gerät **nicht unbeaufsichtigt**, insbesondere nicht über Nacht.
- Laden Sie das Gerät **nicht in der Nähe brennbarer Materialien**.

Temperatur

- Verwenden oder laden Sie das Gerät **nicht** bei Temperaturen:
 - ✓ unter 0 °C
 - ✓ über 45 °C
- Setzen Sie das Gerät **keiner direkten Sonneneinstrahlung** oder Hitzequellen aus (z. B. Auto, Heizung).

Mechanische Belastung

- Öffnen Sie das Gerät **nicht**.
- Quetschen, verbiegen oder durchstechen Sie das Gerät **nicht**.
- Verwenden Sie das Gerät **nicht**, wenn es:
 - ✓ sichtbar beschädigt ist
 - ✓ ungewöhnlich heiß wird

- ✓ sich aufbläht
- ✓ ungewöhnlich riecht

Brand- und Notfallhinweise

Sollte das Gerät:

- ✓ stark erhitzen
 - ✓ Rauch entwickeln
 - ✓ Feuer fangen
 - **Gerät sofort von Personen und brennbaren Materialien entfernen.**
- Versuchen Sie **nicht**, einen brennenden Li-Ion-Akku mit Wasser zu löschen.
- Wenden Sie sich im Notfall an die **Feuerwehr**.

Entsorgung

- Entsorgen Sie das Gerät **nicht über den Hausmüll**.
- Lithium-Ionen-Akkus müssen gemäß den **lokalen Entsorgungsvorschriften** entsorgt werden.
- Geben Sie das Gerät bei einer **geeigneten Sammelstelle** ab.

Sicherheit

- Gerät und Akku **von Kindern fernhalten**.
- Nicht als Spielzeug geeignet.

Haftungshinweis

Schäden durch unsachgemäße Nutzung oder Nichtbeachtung dieser Sicherheitshinweise sind von der Haftung ausgeschlossen, soweit gesetzlich zulässig.

Funkinformationen

Dieses Produkt enthält Funkanlagen und arbeitet in den folgenden Frequenzbereichen:

Bluetooth: 2,4 GHz
 WLAN: 2,4 GHz (integriert, jedoch nicht genutzt)

Maximale Sendeleistung:

Bluetooth: +12 dBm
 WLAN: +18 dBm (inaktiv)

Hiermit erklärt die Metsys GmbH, dass dieses Produkt der Richtlinie 2014/53/EU entspricht.
 Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist verfügbar im Anhang zu diesem QUESS Anwenderguide.



12. Wartung, Pflege und Reinigung

Allgemeine Hinweise

QUESS ist ein elektronisches Präzisionsgerät und sollte entsprechend sorgfältig behandelt werden. Eine regelmäßige Pflege trägt zur langfristigen Funktionsfähigkeit und Lebensdauer des Gerätes bei.

QUESS ist wartungsfrei. Das Gerät enthält keine vom Nutzer zu wartenden oder austauschbaren Bauteile. Öffnen Sie das Gehäuse nicht. Veränderungen oder Reparaturversuche dürfen ausschließlich durch autorisiertes Fachpersonal erfolgen.

Reinigung des Gerätes

Reinigen Sie QUESS bei Bedarf mit einem weichen, leicht angefeuchteten Tuch.

Bitte beachten Sie folgende Hinweise:

- Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel, Lösungsmittel oder alkoholhaltigen Substanzen.
- Tauchen Sie das Gerät niemals in Wasser oder andere Flüssigkeiten.
- Achten Sie darauf, dass keine Feuchtigkeit in Öffnungen oder Anschlüsse eindringt.
- Reinigen Sie das Gerät nur im ausgeschalteten Zustand.

Bei stärkeren Verschmutzungen genügt in der Regel ein leicht angefeuchtetes Tuch mit klarem Wasser. Anschließend das Gerät vollständig trocknen lassen, bevor es wieder in Betrieb genommen wird.

Pflege im täglichen Gebrauch

Um QUESS in einem optimalen Zustand zu halten:

- Vermeiden Sie Stöße, starke Erschütterungen oder das Fallenlassen des Gerätes.
- Setzen Sie QUESS keiner extremen Hitze, direkter Sonneneinstrahlung oder starker Kälte aus.
- Lagern Sie das Gerät trocken und staubfrei.
- Verwenden Sie ausschließlich geeignete und technisch einwandfreie Ladegeräte.

Aufbewahrung und Lagerung des Produktes

Wenn QUESS über einen längeren Zeitraum nicht verwendet wird:

- Lagern Sie das Gerät an einem trockenen Ort bei Raumtemperatur.
- Laden Sie das Gerät vor längerer Lagerung teilweise auf.
- Überprüfen Sie den Ladezustand in regelmäßigen Abständen.

Service und Support

Sollten Funktionsstörungen auftreten, die sich nicht durch Neustart oder erneute Kalibrierung beheben lassen, wenden Sie sich bitte an den offiziellen Support.

Verwenden Sie das Gerät nicht weiter, wenn sichtbare Beschädigungen am Gehäuse oder am Ladeanschluss erkennbar sind.

13. Fehlerbehebung

QUESS ist für eine zuverlässige und stabile Nutzung konzipiert. Sollten dennoch Unregelmäßigkeiten auftreten, können diese in den meisten Fällen durch einfache Maßnahmen behoben werden. Die nachfolgende Übersicht unterstützt Sie bei der schnellen Identifikation und Behebung möglicher Ursachen.

Problem	Mögliche Ursache	Empfohlene Lösung
Gerät reagiert nicht / lässt sich nicht einschalten	Akku ist entladen	Laden Sie QUESS vollständig auf. Überprüfen Sie den Ladevorgang anhand der Statusanzeige.
	Gerät wurde nicht korrekt eingeschaltet	Starten Sie das Gerät erneut gemäß Anleitung.
	Bluetooth® ist nicht aktiviert	Aktivieren Sie Bluetooth® auf Ihrem Smartphone.
	Gerät befindet sich nicht im Kopplungsmodus	Starten Sie QUESS neu.
Messung startet nicht oder bricht ab	Verbindung wurde zuvor getrennt	Schließen und öffnen Sie die App erneut. Wiederholen Sie den Kopplungsvorgang.
	Unzureichender Kontakt zum Drucksensor	Achten Sie auf einen gleichmäßigen Kontakt der Fingerkuppen.
	Zu lockere oder unruhige Handhaltung	Halten Sie QUESS ruhig und stabil.
	Starke Bewegungen während der Messung	Vermeiden Sie Bewegungen oder Positionswechsel während der Messung. Wiederholen Sie die Messung in ruhiger Umgebung.
Ergebnisse wirken unklar oder widersprüchlich	Keine oder veraltete Kalibrierung	Führen Sie eine neue Kalibrierung durch.
	Ablenkung während der Anwendung	Wählen Sie einen ruhigen Moment ohne äußere Störungen.
	Unklare oder mehrdeutige Fragestellung	Formulieren Sie Ihre Fragestellung klar und eindeutig.
	Starke emotionale oder körperliche Belastung	Wiederholen Sie die Anwendung nach einer kurzen Pause.
Gerät zeigt keine oder unerwartete Statusanzeige	Akku nahezu leer	Laden Sie das Gerät auf.
	Softwareseitige Störung	Starten Sie QUESS neu.
	Ladeanschluss nicht korrekt	Überprüfen Sie Kabel und

	verbunden	Anschluss. Trennen und verbinden Sie das Ladekabel erneut.
Gerät reagiert empfindlich oder ungewöhnlich stark	Veränderter physischer oder psychischer Zustand Lange Nutzung ohne erneute Kalibrierung Ungleichmäßiger Druck der Finger	Führen Sie eine erneute Kalibrierung durch. Achten Sie auf gleichmäßigen Druck. Verwenden Sie QUESS in entspannter Haltung.
Gerät reagiert verzögert	Niedriger Akkustand Softwareverbindung instabil	Gerät aufladen Gerät und App neu starten
Verbindung bricht ab	Bluetooth-Signal instabil Mehrere Bluetooth-Geräte aktiv	Abstand zum Smartphone verringern Nicht benötigte Geräte deaktivieren
Gerät wird ungewöhnlich warm	Ladevorgang unterbrochen oder ungeeignetes Ladegerät	Geeignetes Ladegerät verwenden, Gerät abkühlen lassen
Keine Anzeige beim Laden	Kabel nicht korrekt angeschlossen Stromquelle inaktiv	Kabel prüfen und neu verbinden Andere Stromquelle testen
QUESS blinkt in regelmäßigen Zeitintervallen 5 mal „Rot“ (auch bei Bluetooth-Nutzung)	Batterieladung des Li-Ion-Akkus kleiner 20%	Gerät aufladen
QUESS leuchtet dauerhaft „Rot“	Batterieladung des Li-Ion-Akkus kleiner 5%	Gerät aufladen
QUESS blinkt während Benutzung (Kalibrierung/quessen) dreimal „Rot“	Druck war zu kurz oder nicht kräftig genug.	Vorgang bei Kalibrierung wiederholen. Beim quessen derselben Frage/Aussage bedeutet zweimal dieselbe Anzeige „Ablehnung/ Stress“ .
QUESS blinkt während Benutzung (Kalibrierung/quessen) einmal kurz „Rot-Grün“	Druck war zu kurz oder nicht kräftig genug.	Vorgang (Kalibrierung oder quessen) wiederholen.
QUESS blinkt einmal kurz „Blau“ oder „Rot“	Druck war zu kurz oder nicht kräftig genug.	Vorgang (Kalibrierung oder quessen) wiederholen.

Typische Anwendungsfehler

Beobachtung	Häufige Ursache	Empfehlung
Schwankende Ergebnisse	Uneinheitlicher Druck	Gleichmäßigen Kontakt herstellen
Widersprüchliche Rückmeldung	Mehrere Fragen gleichzeitig	Nur eine klare Frage stellen
Keine stabile Resonanz	Emotionale Überlastung	Kurze Pause einlegen
Veränderung nach längerer Pause	Keine erneute Kalibrierung	Vor Nutzung neu kalibrieren

Um eine stabile und nachvollziehbare Anwendung zu gewährleisten, vermeiden Sie bitte folgende Punkte:

- Verwendung ohne vorherige Kalibrierung
- Nutzung nach längerer Pause ohne erneute Kalibrierung
- Gleichzeitige Ablenkung durch Gespräche oder Medien
- Zu lockerer oder wechselnder Griff
- Mehrere Fragen gleichzeitig formulieren
- Messung in stark emotional aufgewühltem Zustand

QUESS unterstützt die bewusste Wahrnehmung – ersetzt jedoch keine medizinische, therapeutische oder psychologische Beratung.

Wann sollte der Support kontaktiert werden?

Wenden Sie sich an den Support, wenn:

- das Gerät trotz vollständiger Aufladung nicht startet
- wiederholt Verbindungsprobleme auftreten
- sichtbare Beschädigungen am Gehäuse oder Ladeanschluss erkennbar sind
- das Gerät ungewöhnlich warm wird
- sich das Verhalten nicht durch Neustart oder Kalibrierung stabilisieren lässt

Hinweis

Viele Unregelmäßigkeiten lassen sich durch eine erneute Kalibrierung und eine ruhige, konzentrierte Anwendung beheben. In den meisten Fällen liegt die Ursache nicht im Gerät selbst, sondern in äußeren Faktoren oder in der Anwendungssituation.

14. Technische Daten

Gerätebezeichnung

Produktname: QUESS

Modell: QUESS-Q1.0

Geräteversion: QUESS-Q1.0-0.2350-00

Elektrische Daten

Betriebsspannung: 3,7 V DC

Akkutyp: Integrierter Lithium-Ionen-Akku

Akkukapazität: 500 mAh

Ladeanschluss: USB-C

Ladezeit (vollständig): ca. 1 Stunde

Leistungsaufnahme: 0,5 W

Kommunikationsschnittstelle

Funkstandard: Bluetooth® 1x1 SISO (Single-Band), bis zu 72,2 MBit/s.

Frequenzbereich: 2,4 GHz

Maximale Sendeleistung: +18 dBm (ca. 60 mW)

Reichweite: bis zu 10-20 m (in Innenräumen); Reichweite außen: bis 45 m

Mechanische Daten

Abmessungen (L × B × H): 110 × 35 × 25 mm

Gewicht: 45 g

Gehäusematerial: ABS PC Bayblend

Oberflächenmaterial Sensorflächen: ABS PC Bayblend

Umgebungsbedingungen

Betriebstemperatur: +5 °C bis +35 °C

Lagertemperatur: -10 °C bis +45 °C

Relative Luftfeuchtigkeit (Betrieb): 10-85 % (nicht kondensierend)

Schutz- und Sicherheitsmerkmale

Schutzart: IP20

Schutzklasse: III

Gerätetyp: Elektronisches Handgerät zur nicht-medizinischen Anwendung

Konformität: Dieses Gerät entspricht den geltenden europäischen Richtlinien und Normen gemäß CE-Kennzeichnung.

Softwarekompatibilität

Kompatible Betriebssysteme:

iOS® ab Version 15

Android™ ab Version 7.0

App-Version: 1.0

Hinweise

Technische Änderungen im Zuge der Produktweiterentwicklung bleiben vorbehalten.

Entsorgung

Entsorgen Sie QUESS gemäß den geltenden gesetzlichen Bestimmungen für Elektro- und Elektronikgeräte.

EU-Konformitätserklärung

Hersteller / Inverkehrbringer:

Metsys GmbH
Wendewehrstraße 121
99974 Mühlhausen/Thüringen
Deutschland

Produkt: QUESS
Modell: QUESS-Q1.0

Beschreibung:

Elektronisches Gerät mit integrierter Bluetooth-Funktechnologie und WLAN-Modul.

Hiermit erklärt die Metsys GmbH, dass das oben beschriebene Produkt den einschlägigen Bestimmungen der folgenden Richtlinien entspricht:

- ✓ Richtlinie 2014/53/EU – Funkanlagenrichtlinie (RED)
- ✓ Richtlinie 2011/65/EU – RoHS (inkl. (EU) 2015/863)
- ✓ Richtlinie 2012/19/EU – WEEE

Angewandte harmonisierte Normen

- ✓ EN 62368-1 – Sicherheit von Audio-/Video-, Informations- und Kommunikationstechnik
- ✓ EN 300 328 – Breitband-Übertragungssysteme 2,4 GHz
- ✓ EN 301 489-1 / -17 – EMV-Anforderungen für Funkanlagen
- ✓ EN IEC 63000 – Technische Dokumentation für RoHS

Mühlhausen, 28. Februar 2026

Eichner, Geschäftsführer



Unterschrift: _____