

## **Inhaltsverzeichnis**

**Was ist SF Biorhythmus?**

**Starten des Programms**

**Zum Programm**

**Sharewarehinweis**

**Der Biorhythmus**

**Der Hauptbildschirm**

**Die Darstellungsarten**

**Die Eingaben**

**Die Optionen**

**Die Anzeige**

**Die Steuerung**

**Updates und Upgrades**

**Problemlösungen**

**Fehler und Verbesserungsvorschläge**

**Persönliche Anmerkung**

**Bestellung der Vollversion**

**SF Software**

**Das SF-Paket**

## Was ist SF Biorhythmus

Das Programm dient zum Ausdrucken von Biorhythmen. Programme dieser Art gibt es wie Sand am Meer, aber SF Biorhythmus gibt sich nicht mit irgendwelchen Kurven zufrieden, sondern bereitet die Darstellung grafisch erheblich auf. Dazu kommt, daß der Anwender die Möglichkeit hat die Darstellung selber zu beeinflussen, sodaß es Ihm Spaß bereiten soll einen Ausdruck zu erstellen.

## **Starten des Programms**

Voraussetzung zum Start des Programms ist Windows 3.1 oder 95. Sie sollten mindestens mit 256-Farben arbeiten. Optimal ist die True-Color-Darstellung.

Starten Sie das Programm BIORHYTM.EXE

Deinstallieren können Sie das Programm, indem Sie alle Dateien im Ordner löschen. INI-Einträge wurden nicht verändert.

## Zum Programm

Sie dürfen die Sharewareversion nur unverändert weitergeben (auch Mailbox und CD), d.h. es dürfen keine Daten hinzugefügt oder entfernt werden. Die Vollversion und das Codewort darf überhaupt nicht weitergegeben werden. Sie dürfen nur als registrierter Anwender (Vollversion) die Hüllen verwenden. Bei der Sharewareversion wird eine Bemerkung auf dem Ausdruck mit ausgegeben. Das Programm ist von mir, Stolzer Frank, geschrieben worden. Als Programmiersprache habe ich GFA-Basic verwendet. Es hat mir sehr viel Spaß bereitet das Programm zu schreiben, und ich hoffe, es macht Ihnen genauso viel Spaß damit zu arbeiten. (C) 1995

## **Sharewarehinweis**

Dieses Programm ist Shareware, d.h. testen Sie das Programm und wenn Sie es nutzen wollen entrichten Sie einen Betrag an den Autor. Von den schon bezahlten Kopiergebühren an Sharewarehändler bekommt der Autor leider gar nichts.

Füllen Sie im Bestelldialog mit dem Button Bestellen" den Bestellschein aus.

## Der Biorhythmus

Schon vor ca. 100 Jahren entdeckte der Arzt Dr. Wilhelm Fliess durch Beobachtungen von Patienten, daß es Rhythmen gibt, die der Mensch unterworfen ist und die ihn erheblich beeinflussen. Der Mensch durchlebt immer wieder Stimmungsschwankungen. Wissenschaftler hauptsächlich 4 Lebensrhythmen die mit der Geburt beginnen:

### **Der Körper:**

Kurve oben: Man fühlt sich in einer guten körperlichen Verfassung.

Kurve unten: Erholung ist angesagt, gesundheitliche Anfälligkeit

### **Das Gefühl oder auch die Seele:**

Kurve oben: kreatives Hoch

Kurve unten: gefühlsarm

### **Der Intellekt oder auch der Geist:**

Kurve oben: hohes Denkvermögen

Kurve unten: Problem beim Lernen

### **Der Feinsinn oder auch die Intuition:**

Kurve oben: Hoher Wahrnehmungssinn für Schönheit, Geschmack..

Kurve unten: Kaum Genußempfinden

Es gibt noch 3 weitere Kurven, die aber für die wenigsten bedeutend sein dürfte, da sie nur sehr spezielle Bereiche anschnitten: Mental, Höhere Liebe und Höherer Wille.

Die ersten beiden Kurven sind die wichtigsten. Vor allem die Kombination von Beiden zeigt die eigentlichen Tage, an denen es einem richtig gut geht oder eine Krise zu überwinden ist. Das wichtigste ist wohl zu erkennen, daß eine Krise ein Ende hat und immer wieder überwindbar ist. Die Kurven zeigen wann, und das hilft eine Krise leichter zu überwinden. Denken Sie positiv und hüten Sie sich davor, umgekehrt zu denken und beim Hoch an ein Tief zu denken, sondern genießen Sie das Hoch.

"Das Leben zu verstehen heißt das Leben zu erleben".

Allein einen Ausdruck zu sehen, ohne ihn genau anzuschauen, erinnert Sie daran, daß das Leben immer im Wechsel ist und eine momentane Situation nicht bleibt, egal welche. Alles andere ist Betrug an sich selber.

## Der Hauptbildschirm

- Im oberen Teil läßt sich die Darstellung ändern.
- Die persönlichen Angaben werden in der linken Hälfte eingegeben
- Daneben und darunter kann die Darstellung dem eigenem Geschmack angepaßt werden
- Auf der rechten Seite erfolgt die Anzeige
- Im untersten Bereich erfolgt die Steuerung des Programms

## Die Darstellungsarten

Die oberen Buttons ermöglichen neun verschiedene Darstellungen:

1. Balken übereinander
2. Werte übereinander
3. Balken nebeneinander
4. Werte als Kurve
5. Kurve
6. Kurve gescheckt
7. Kurve 3D
8. Kreis
9. Balken

Die Anzeige der Balken bzw. der Kurven erfolgt immer von links nach rechts oder von oben nach unten in der Reihenfolge: Körper, Gefühl, Intellekt und Feinsinn.



## Die Eingaben

Der eingegebene Name erscheint als Titel und kann mit dem Button "T" in der Schriftart und -farbe geändert werden. Die Schriftart der Monats- und Jahresanzeige ändert sich damit ebenfalls.

Unter dem Biorhythmus läßt sich ebenfalls ein Text angeben. Die Änderung der Schriftart und -farbe beeinflusst auch die Textdarstellung der Erklärung der Kurven, wobei die Farben der Erklärung den Kurven angepaßt ist.

Die Eingabe des Jahres entspricht dem Jahr, welches dargestellt werden soll. Das Jahr wird vierstellig eingegeben (z.B. 1997)

Bei der Eingabe des Geburtstages wird zuerst der Tag, dann der Monat und anschließend das Jahr erwartet. Die Eingaben werden durch einen Punkt getrennt (z.B. 07.06.1994).

## Die Optionen

Sie können die Darstellung Ihren eigenen Wünschen anpassen. Dazu können Sie mit dem ersten Button links neben der Anzeige ein Hintergrundbild bestimmen. Dieses muß im unkomprimierten BMP-Format vorliegen. Andere Formate können in den meisten Zeichenprogrammen umgewandelt werden. Soll der Hintergrund gelöscht werden, brauchen Sie im Dateiauswahlmenü nur den Abbruchbutton selektieren.

Mit den Buttons mit dem Liniensymbol lassen sich die horizontalen und vertikalen Gitterlinien an- und ausschalten.

Links unten können die einzelnen Kurven an- und ausgeschaltet werden. Daneben befinden sich zwei Farbbuttons. Der linke ändert die Darstellungsfarbe und der rechte den dazugehörigen Schatten, falls die eingestellte Darstellung einen aufweist.

Mit dem Flaggensymbol können Sie zwischen deutscher und englischer Sprache umschalten. Eine Beschreibung in englisch gibt es nicht.

## Die Anzeige

Auf der rechten Hälfte wird der Biorhythmus angezeigt, und zwar so, wie er ausgedruckt wird. Werden Eingaben gemacht, erfolgt die Aktualisierung mit einer Verzögerung von fünf Sekunden, damit der Aufbau die Eingaben nicht behindern. Alle anderen Änderungen werden sofort angezeigt.

Rechts neben der Anzeige lassen sich die Monate von 1-12 also von Januar bis Dezember selektieren. Mit "+" wird die Anzeige vergrößert und mit "-" wieder verkleinert. Mit den Slidern kann die Darstellungsausschnitt verändert werden.

## Die Steuerung

Im unteren Bereich des Fensters finden Sie die Steuerungsbuttons.

Mit "Laden" können Sie eine abgespeicherte Datei mit der Endung "DAT" einladen. Nach dem Programmstart wird automatisch die Datei "DEFAULT.DAT" eingeladen.

Mit "Speichern" werden die Daten abgespeichert, sodaß Sie für Jeden eine eigene Datei anlegen lassen.

Mit "Drucken" öffnet sich eine Dialogbox. Hier kann mit "US-Legas" und "US-Letter" das amerikanische Papierformat eingestellt werden.

Mit "Test" können Sie die Druckerausgabe justieren. Es wird ein Kreuz gedruckt, welches sich genau in der Mitte von dem Papier befinden muß. Ist dies nicht der Fall können Sie das Kreuz mit den Slidern horizontal und vertikal verschieben.

Mit "Optionen" kann der Drucker eingestellt werden.

Mit "von/bis" und "Kopien" geben Sie den Monatsbereich und die Anzahl der Ausdrücke an.

Mit "Drucken" startet der Ausdruck.

Mit "Neu" können Sie die nach einer Sicherheitsabfrage die Eingaben löschen"

Mit "BestellenD99" können Sie die Vollversion des Programms bestellen. Ebenfalls können Sie ein Paket zum Sonderpreis bestellen.

Unter "Info" können Sie mit dem von mir erhaltenen Code die Sharewareversion in die Vollversion verwandeln. Die Daten dazu finden Sie auf der Rechnung.

Mit "Ende" wird das Programm beendet und die geänderten Optionen werden abgespeichert, falls das Programm von der Festplatte gestartet wurde.

## **Updates und Upgrades**

Updates sind Verbesserungen oder kleine Erweiterungen. Diese Updates beginnen wieder mit der selben Versionszahl (z.B. 3.10 Update von 3.00). Das Codewort, welches Sie bei der Registrierung erhalten, kann in jeder Version verwendet werden, die als Update gilt. Updates können Sie formlos für 10 DM Vorkasse mit Angabe der Registriernummer anfordern. Sie können Updates auch über das Internet bekommen: <http://home.t-online.de/home/Stolzer>

Upgrades beinhalten große Erweiterungen, d.h. die Version erhält eine andere Anfangszahl (z.B. 4.00) und das alte Codewort ist nicht mehr wirksam. Die Registrierung muß neu erfolgen.

## **Problemlösungen**

*Meine BMP-Bilder werden nicht angenommen*

Einige Zeichenprogramme (z.B. Paint Prush Pro) speichern das BMP-Format in komprimierter Form ab, die von dem Programm nicht verwendet werden können. Verwandeln Sie dieses mit einem andern Zeichenprogramm (z.B. auch Corel Draw) in ein unkomprimiertes Format.

**Hotline: Mo und Do von 19-22Uhr unter (49) 08342/98555**

## Fehler und Verbesserungsvorschläge

Sollten Sie Fehler finden oder Verbesserungsvorschläge haben, so werde ich Ihre Angaben, falls Sie nachvollziehbar und sinnvoll sind, berücksichtigen. Um es mir leichter zu machen, geben Sie bitte alle Details an, die sich auf Ihre Meldung beziehen.

Absender/Telefon: \_\_\_\_\_

Programmname und Version: \_\_\_\_\_

Hard- und Software: \_\_\_\_\_

Programmfehler       Dokumentenfehler       Verbesserung

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Programmfehler       Dokumentenfehler       Verbesserung

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

an Frank Stolzer, Geisenrieder Str. 29, 87616 Marktoberdorf (Fax 08342/5550)

## Persönliche Anmerkung:

Der Computer ist ein faszinierendes und sehr fesselndes Produkt der modernen Technik und des Fortschrittes. Aber sehr schnell verliert man den Blick für das, was um einen herum geschieht. Man baut sich eine eigene Welt auf, in der man lebt. Doch man sollte niemals vergessen, daß auch diese Welt von unserer Umwelt abhängt. D.h., ohne eine reale gesunde Umgebung kann unsere kleine Computerwelt, erscheint sie uns auch noch so groß und mächtig, nicht existieren. Da bietet auch keine Technik, Stadt oder Wohnung einen ausreichenden Schutz auf Ewigkeit. Sorgen Sie deshalb dafür, daß unsere Umwelt in jeder Beziehung gesund bleibt, oder eher gesagt wieder gesund wird.

Jeder einzelne, je groß und unverstündlich auch die Sünden der Großen sind, trägt eine eigene Verantwortung für unsere Zukunft.

Wenn Sie nicht wissen was Sie tun sollen, so brauchen Sie nur genau zu überlegen, dann fällt es Ihnen auch ein, wie Sie in vielen Situationen anders handeln können. Sie sollen kein extremer Schwarzseher, Alternativer oder Naturkämpfer werden, sondern nur wirklich objektiv, offen und weitblickend denken und vernünftig mit dem umgehen was uns allen gemeinsam gehört.

Tips:

- Nehmen Sie sich Zeit und schauen Sie sich doch einmal genau Ihre Umgebung an, wie z.B. ungesunde Flüsse, geschädigte Bergwälder, schmutzige Luft (grauer Schnee im Winter), Mitmenschen mit Allergien, Krebs und sonstige Krankheiten (vielleicht auch bald Sie)
- Fahren Sie öfters mit dem Fahrrad, statt mit dem Auto
- bilden Sie Fahrgemeinschaften
- Installieren Sie sich falls möglich eine Solaranlage
- Vermeiden Sie zu hohen Strom- und Wasserverbrauch
- Kaufen Sie umweltgerecht verpackte Produkte
- Müllvermeidung ist gut - Recycling ist eine miese Lösung der Wirtschaft
- Kaufen Sie lieber langlebige Produkte (Kleider, Haushaltsgeräte usw.)
- Unterstützen Sie wenigstens Umweltorganisationen (die bequemste Lösung)

Die Probleme können Sie nur erkennen, wenn Sie sich sehr genau umsehen, sich informieren und die extreme Empfindlichkeit eines Ökosystems und die möglichen Folgen errahnen können. Wenn Sie sich nicht damit befassen, alles oberflächlich sehen und nur an Heute denken, werden Sie oder Ihre Kinder eines Tages sagen müssen:

"Warum hat denn keiner etwas dagegen getan - wie konnte es nur soweit kommen?"

Leider bewahrheitet sich der Satz immer wieder, wie die Geschichte uns belehrt.



## **Bestellungen**

Selektieren Sie den Button Bestellen. Füllen das Formular aus, und senden Sie den Ausdruck an mich. Mir wäre es am liebsten, wenn Sie einen Scheck verwenden.

Wenn der Brief bei mir ankommt, geht die Ware normalerweise innerhalb der nächsten 2 Tage heraus.

## **Was bekomme ich für mein Geld**

Für die 30,- erhalten Sie die aktuelle Version auf CD oder Diskette (je nach Wunsch und Vorrat). Dazu bekommen Sie das nächste Infoschreiben über die Neuerungen von SF. Die Kosten für Porto und Verpackung übernehme ich.

## **Garantie und Dauer der Bearbeitung**

SF-Software gibt es nun schon seit mehreren Jahren und ich garantiere Ihnen, daß die Bestellungen, die korrekt bei mir ankommen auch bearbeitet werden. Im Normalfall werden die Bestellungen innerhalb 2 Tagen bearbeitet (außer im Urlaub).

## **Wie kann ich zahlen**

Die Zahlung kann nur gegen Vorkasse erfolgen, da es für mich viel zu aufwendig und zu kostspielig ist, offenen Rechnungen hinterher zu laufen.

Schecks sind mir am liebsten und sie sind auch am sichersten.

Visa- oder Mastercards sollten bitte nur im Ausland genutzt werden.

Wenn Sie bar zahlen, legen Sie bitte das Geld so in den Brief, daß dieses auch nicht gegen das Licht sichtbar ist, da es schon vorgekommen ist, daß solche Briefe nicht angekommen sind.

## **Außerhalb Deutschlands:**

Innerhalb Europas können Sie per Euroscheck bestellen, den Sie in DM ausfüllen müssen. Ebenfalls bietet sich im Ausland die Zahlung mit Euro/Master oder Visacard an. Vergessen Sie dabei nicht die Unterschrift. Sie können auch den Betrag Bar in Ihrer Währung beilegen, doch wenn das Geld bei mir nicht ankommt, erhalten Sie auch keine Ware. Nachnahmesendungen können wegen dem hohem Kostenaufwand nicht genützt werden.

## **SF Software:**

Autor: Frank Stolzer  
Adresse: Geisenrieder Str. 29  
D-87616 Geisenried  
Germany  
E-Mail: [Stolzer@t-online.de](mailto:Stolzer@t-online.de)  
Fax: (49) 8342/5550  
Hotline: Montag und Donnerstag von 19-22 Uhr  
unter 08342/98555

**Internet:** <http://home.t-online.de/home/Stolzer>

## **Das Paket**

Sie können statt dem einzelnen Programm auch ein Paket bestellen, d.h. Sie können sich zu dem SF Biorhythmus **zusätzlich zwei weitere bekannte SF-Programme** aussuchen. Alle Programme sind genauso einfach zu bedienen und effektiv vom Design bis zum Ausdruck. Zur Wahl stehen:

### **SF Kalenderdruckerei**

Sie können sich Ihre eigenen Kalender erstellen. Dazu stehen acht Stück zur Verfügung ( Monatskalender mit Bildern, Tisch- und Taschenkalender oder auch Urlaubsplaner usw.). Sie werden begeistert sein, sogar Termine und Feiertage lassen sich integrieren.

### **SF Visitenkarte**

Sie erstellen auf einfachste und schnellste Weise Ihre eigene Visitenkarte. Mit Hintergrundmuster und Bilder etc.

### **SF Briefkopf**

Ihren eigenen Briefkopf mit Schnitt- und Faltmarken können Sie hier in minutenschnelle erstellen und ausdrucken.

### **SF Etikett**

Bedrucken von Etiketten aller Art. Die meisten erhältlichen Etikette sind schon voreingestellt. Eine kleine Datenbank ist mit integriert. Sie können Hintergrundmuster, Rahmen, Bilder, Datum, Zeit, Seriennummer uvm. mit einbinden.

### **SF CD-Hülle**

Sie wollen Ihre CD's archivieren. Dazu gehört Ordnung. Sie können sich eigene Einstecktaschen oder Einlegekarten für Leerhüllen im Top-Design erstellen. Einfach und effektiv zu bedienen.

### **SF Quiz**

Ein Ratespiel für Jung und Alt. Die Fragen sind aus allen Themengebieten und der Beste landet in der Highscoreliste.

### **SF Bildschirmschoner**

Dieser zeigt schöne Bilder (eigene Bilder können eingebunden werden), den aktuellen Kalender und die momentane Uhrzeit. Die Bilder wechseln durch.

### **SF Karte**

Ein Geburtstagskarte oder eine Einladung gefällig. Viele verschiedene Formate, Grafiken, Rahmen und Hintergrundmuster machen das Erstellen von Grußkarten zu einem Kinderspiel.



