

1. Korzystanie z zegarka



Po prawej stronie zegarka znajduje się fizyczny przycisk. Dłuższe przytrzymanie przycisku służy jako włącznik zegarka. Krótkie naciśnięcie go pozwoli wrócić do ekranu startowego.

Wyświetlacz nie jest dotykowy, nie ma konieczności naciskania go.

Przycisk dotykowy – pod wyświetlaczem znajduje się specjalny przycisk dotykowy. Krótkie dotknięcie przycisku przeskakuje pomiędzy kolejnymi opcjami w menu. Dłuższe przytrzymanie palca pozwoli na potwierdzenie wyboru.

Złącze ładowarki to miejsce do którego należy podpiąć kabel ładujący w celu naładowania baterii.

Czujnik służy do badania tętna i ciśnienia krwi. Upewnij się że czujnik prawidłowo przylega do skóry w trakcie wykonywania badań.

Wodoodporność: zegarek ma stopień odporności na wodę IP67. Oznacza to że może on wytrzymać zanurzenie w czystej, słodkiej wodzie do około metra. Z zegarkiem można myć ręce, pływać w czystej słodkiej wodzie, ale nie należy pływać w wodzie morskiej lub brudnej, ani nurkować.

Uwaga: zegarek nie jest odporny na parę wodną! Para wodna może dostać się do wnętrza zegarka, a następnie skroplić się uszkadzając elektronikę w środku. Z tego powodu z zegarkiem nie należy wchodzić pod prysznic lub do sauny. Tego typu uszkodzenia nie są objęte gwarancją.

2. Ładowanie baterii

Końcówka kabla do ładowania ma wbudowane magnesy aby ułatwić podłączenie kabla we właściwą stronę. Kabla nie należy podłączać na siłę – jeśli końcówka jest odpychana od zegarka oznacza to że końcówka jest podpinana w złą stronę. Końcówka podpięta we właściwą stronę sama doskoczy do zegarka i wepnie się w odpowiednim miejscu. Po podpięciu kabla do zegarka można podłączyć kabel do wejścia usb aby zacząć ładowanie.

Naładowanie pustej baterii trwa około 2 godziny. Po pełnym naładowaniu zegarek będzie pracować przez 5 do 7 dni, lub utrzyma baterię przez 30 dni w stanie uśpienia. Prosimy o nie korzystanie z zegarka w trakcie ładowania.

Uwaga: podczas ładowania nie należy dotykać metalowych elementów końcówki magnetycznej, szczególnie materiałami przewodzącymi, ponieważ może to spowodować zwarcie.

3. Łączenie z aplikacją

Wymagania aplikacji:



Android 4.4 +



IOS 8.2 +



Bluetooth 4.0 +

Aby korzystać ze wszystkich funkcji zegarka, konieczne będzie ściągnięcie specjalnej aplikacji na telefon. Wyszukaj „WearHealth” na Apple/Play Store, lub zeskanuj prawidłowy z podanych QR poniżej:



IOS App



Google play



Android App

Upewnij się, że na telefonie aktywny jest Bluetooth. Wejdź do aplikacji WearHealth i utwórz konto. Do stworzenia konta wystarczy podać adres e-mail i hasło. Po zalogowaniu się do konta, naciśnij „Użytkownik” w prawym dolnym rogu, a następnie na „Połącz z bransoletką” na górze ekranu. Powinna pojawić się lista, a na niej urządzenie o nazwie KW20_XXXX gdzie XXXX będzie numerem seryjnym zegarka.

W przypadku problemów z nawiązaniem połączenia, spróbuj wyłączyć i włączyć usługę bluetooth w telefonie.

Połączenie z aplikacją pozwoli na przeglądanie twoich wyników z poprzednich dni, oraz na ustawienie dodatkowych funkcji których nie można skonfigurować w samym zegarku.

4. Funkcje zegarka

Język, data i godzina zostaną automatycznie ustawione przy każdym połączeniu z aplikacją.

Ekran startowy pojawi się albo po naciśnięciu przycisku z prawej strony zegarka, albo po dotknięciu na przycisk pod ekranem. Naciśnij na przycisk pod ekranem aby przechodzić po kolejnych elementach głównego menu. Przytrzymaj ten przycisk dłużej aby potwierdzić wybór. Po około 5 sekundach bezczynności ekran zgaśnie i wszelkie nie zapisane zmiany zostaną zapomniane.

Menu główne to zbiór funkcjonalności które oferuje zegarek. Pełny opis funkcji znajduje się poniżej.

Wiadomości – lista odebranych smsów oraz powiadomień z portali społecznościowych. Możesz wybrać w aplikacji jakie powiadomienia mają się tutaj pojawiać.

Tętno – podaje tętno użytkownika. Poczekaj kilka sekund aby zobaczyć wynik badania. Aby pomiar był wykonany prawidłowo upewnij się że zegarek przylega do skóry, oraz że skóra nie jest mokra lub pokryta maścią czy olejkami (np. olejkami do opalania). Tętno jest podane w uderzeniach na minutę.

Cięnienie krwi(BP) – podaje ciśnienie krwi użytkownika. Poczekaj kilka sekund aby zobaczyć wynik badania. Aby pomiar był wykonany prawidłowo upewnij się że zegarek przylega do skóry, oraz że skóra nie jest mokra lub pokryta maścią czy olejkami (np. olejkami do opalania). Ciężnienie podane jest w milimetrach słupa rtęci (mmHg).

Kroki, kilometry, spalone kalorie – pokazuje ilość wykonanych dzisiejszego dnia kroków, spalonych kalorii oraz przebytą w trakcie dnia odległość. Dane są resetowane codziennie o północy i zapisywane w aplikacji WearHealth, gdzie będzie można je sprawdzić.

Tryb sportowy – pozwala na liczenie ilości spalonych kalorii i monitorowanie tętna podczas wykonywania wybranych sportów. Po wejściu w tę opcję naciskaj pod ekranem aby wybrać wykonywany sport, np. jazda na rowerze, następnie przytrzymaj przycisk dłużej aby potwierdzić wybór. Zegarek zacznie odliczać czas spędzony na ćwiczeniu, oraz ilość spalonych kalorii. Po zakończeniu wykonywania ćwiczeń przytrzymaj przycisk ponownie aby zapisać swoje wyniki oraz dać znać że ćwiczenie zostało zakończone. Aby wynik został zapisany pewne minimum musi być spełnione – ćwiczenia muszą być wykonywane przez

co najmniej 5 minut, oraz przebyty musi być minimalny dystans zależny od wybranego ćwiczenia.

Monitoring snu – pokazuje ile godzin snu użytkownik miał ostatniej nocy.

(Opcjonalnie) Wskaźnik cyklu fizjologicznego – jeśli w aplikacji zostały podane informacje na temat cyklu miesięcznego użytkownika, zegarek będzie pokazywać aktualny stan cyklu fizjologicznego. Możliwe wskaźniki to:

- Miesiączka
- Jajczkowanie(w trakcie okresu płodnego)
- Bezpieczeństwo(w trakcie okresu bezpłodnego)

Liczenie cyklu miesięcznego pomaga przy próbie zajścia w ciążę, ale jest mało miarodajny jako metoda antykoncepcji.

Stoper – służy do odliczania czasu z dokładnością do setnej sekundy. Z powodu błędu tłumaczenia na ekranie zegarka ta opcja nazywa się „Zatrzymaj smartwatch”.

Znajdź swój telefon – sprawia że telefon wydaje sygnał dźwiękowy. Działa tylko jeśli telefon znajduje się w zasięgu połączenia bluetooth (ok. 10 metrów, ale ściany mogą blokować sygnał).

Wybór motywów – pozwala na zmianę grafiki ekranu startowego. Po wybraniu tej opcji naciskaj na przycisk pod ekranem aby wybrać pożądany ekran, po czym przytrzymaj palec na przycisku przez ok. 2 sekundy aby potwierdzić wybór.

Jasność – pozwala zmienić siłę podświetlenia ekranu. Po wybraniu tej opcji naciskaj na przycisk pod ekranem aby zmienić siłę podświetlenia, a następnie przytrzymaj palec na przycisku przez ok. 2 sekundy aby potwierdzić wybór.

Wyłącznik – pozwala na przełączenie telefonu w stan czuwania.

Przytrzymaj dłużej przycisk pod ekranem, następnie naciskaj na przycisk aby podświetlić „Yes”(Tak), po czym przytrzymaj przycisk przez ok. 2 sekundy aby potwierdzić wyłączenie zegarka.

5. Funkcje aplikacji

Po wejściu w aplikację przejdź do zakładki „Użytkownik” znajdującej się w prawym dolnym rogu ekranu.

Cykl fizjologiczny – ta opcja widoczna jest tylko jeśli użytkownik jest płci żeńskiej. Po wejściu w tę opcję będzie widoczny kalendarz miesiączkowania. Aby wyświetlał prawidłowe wartości trzeba go najpierw skonfigurować. Naciśnij na ikonę ołówka w prawym górnym rogu, po czym odpowiedz na kilka pytań i naciśnij przycisk „Zapisz”. Następnie naciśnij na przycisk „Powrót do dzisiaj” i włącz opcję „Przypomnienie sprzęt” aby włączyć wskaźnik miesiączki w zegarku.

Cel kroków/snu – pozwala na ustawienie dziennego celu wykonanych kroków oraz przespanych godzin. Pomaga w zachowywaniu zdrowego trybu życia.

Przenośna kamera – przestawia telefon w tryb robienia zdjęć. Potrząśnij zegarkiem aby wykonać zdalnie zdjęcie.

Następne opcje znajdują się pod przyciskiem „Ustawienia urządzenia”.

Ciągły monitoring tętna – pozwala zegarkowi na mierzenie tętna w trybie całodobowym. Zwiększa zużycie baterii ale pozwala na ciągłe badanie pracy serca.

Jasny ekran gdy podnosi nadgarstek – sprawia że zegarek sam się włącza kiedy użytkownik podnosi nadgarstek aby spojrzeć na zegarek.

Powiadomienie telefoniczne – po włączeniu tej opcji, na zegarku będzie wyświetlać się numer aktualnie dzwoniącej osoby. Przytrzymaj palec na przycisku pod ekranem przez 2 sekundy aby odrzucić połączenie.

Powiadomienie SMS – włączenie tej opcji sprawia że smsy będą pojawiać się w menu „Wiadomości” w zegarku.

Nie przeszkadzać – kiedy zegarek jest w trybie nie przeszkadzać, większość wiadomości jest ignorowanych.

Więcej powiadomień – pozwala na wybranie które aplikacje mogą wysyłać powiadomienia do zegarka. Dzięki temu można odbierać na zegarek wiadomości np. z Facebooka. Wybrana aplikacja musi być prawidłowo zainstalowana na telefonie i skonfigurowana aby mogła przesyłać powiadomienia do zegarka. Poniżej znajduje się też kilka pomocnych przypomnień jak np. przypomnienie o ruchu, które będą

przypominać użytkownikowi o rozprostowaniu kości co jakiś czas. Przydatne w pracy biurowej.

Ustawienia budzika – pozwala ustawić alarmy/budziki na określoną godzinę. Naciśnij przycisk plus w prawym górnym rogu ekranu aby dodać nowy budzik, po czym wpisz godzinę i wybierz dni w których budzik ma się aktywować. Zegarek obsługuje maksymalnie 5 różnych budzików.

Format godziny – wybierz czy godzina w zegarku powinna być wyświetlona w formacie 24- czy 12-godzinnym.

Jednostka – wybierz czy jednostki mają być wg układu SI, czy wg metryki imperialnej.

Resetuj – pozwala przywrócić zegarek do ustawień fabrycznych.

Aktualizacja oprogramowania – pozwala na zaktualizowanie firmware w zegarku. Aktualizacja może potrwać nawet 10 minut, w trakcie których nie należy korzystać ani z zegarka ani z telefonu. Najlepiej je położyć w bezpiecznym miejscu obok siebie na czas aktualizacji.

Odłącz urządzenie – zrywa połączenie pomiędzy aplikacją a zegarkiem.