

# Navodila za uporabo pametne zapestnice HB5C/Y5

## 1 – Pomembne informacije

- Pred prvo uporabo morate pametno zapestnico polniti vsaj **dve uri**.
- **Opomba: Merilne funkcije v tej napravi (srčni utrip, krvni tlak in raven kisika v krvi) niso mišljene kot nadomestek strokovnih zdravstvenih meritev, svetovanja, diagnosticiranja ali zdravljenja.**

## 2 – Polnjenje naprave

Navodila za polnjenje naprave:

1. Previdno snemite spodnji pašček, da odkrijete USB priključek.
2. USB priključek vstavite v katero koli USB vtičnico za polnjenje (uporabite lahko vtikač, ki ste ga prejeli skupaj s svojim pametnim telefonom). Pazite, da so kovinski trakovi na USB priključku poravnani s kovinskimi priključki na adapterju z USB vtičnico.



## 3 – Uporaba naprave

### 3.1 – Osnovna uporaba

- Za pomikanje po funkcijah naprave **pritisnite predel za upravljanje na dotik** (kot prikazuje slika na desni)
- Za vklop nekaterih funkcij (npr. Training (Vadba) in More (Več)) **pritisnite in za 3 sekunde zadržite predel za upravljanje na dotik**.
- **Izklop** naprave:
  - **Pritiskajte predel za upravljanje na dotik**, dokler ne pridete do menija **More (Več)**.
  - **Pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik**, dokler se ne pojavijo nove možnosti.
  - **Pritiskajte predel za upravljanje na dotik**, dokler ne pridete do menija **Power Off** (izklop).
  - **Pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik**, dokler se ne pokažeta možnosti **Yes (Da)** in **No (Ne)**.
  - **Pritiskajte predel za upravljanje na dotik**, dokler možnost **Yes (Da)** ni označena.
  - **Pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik**, da izklopite napravo.
- **Vklop** naprave:
  - **Pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik** za toliko časa, da se zaslon vklopi.



## 3.2 – Funkcije

### Način za prikaz ure:



V načinu za prikaz ure so (privzeto) prikazani trenutni čas, datum, dan v tednu, raven napolnjenosti baterije in ali je vaša pametna zapestnica povezana z vašim pametnim telefonom.

### Zamenjava številčnice:

Za zamenjavo številčnice pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik za toliko časa, da se številčnica spremeni. Izberete lahko med tremi številčnicami:



### Način števca korakov:



V načinu števca korakov je prikazano število korakov, zaznanih v trenutnem dnevu.

Pametno zapestnico lahko nastavite tako, da se števec korakov pokaže tudi v **načinu za prikaz ure**, in sicer s preklopom v tretjo številčnico.

### Način za razdaljo

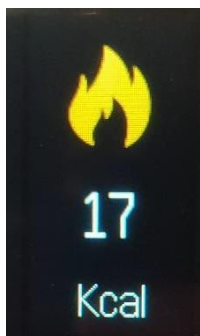


V načinu za razdaljo je prikazana razdalja, ki ste jo opravili v trenutnem dnevu.

Enoto za prikaz razdalje lahko spremenite tako:

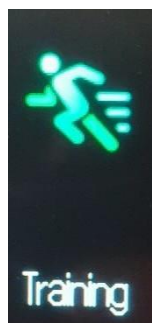
- Odprite aplikacijo **JYou**.
- Pojdite v meni Setting (Nastavitve).
- Izberite možnost **Unit Setting** (Nastavitev enote).
- Vključite možnost **English Unit** (Angleške enote).

## Način za kalorije



V načinu za kalorije je prikazano število kalorij, ki ste jih porabili v trenutnem dnevu.

## Način za vadbo



Z načinom za vadbo lahko merite štiri različne aktivnosti:

- Hoja
- Tek
- Kolesarjenje
- Pohodništvo

Zapestnica meri **čas, korake** (med kolesarjenjem **kalorije**) in srčni utrip.

### Za vstop v način za vadbo:



**Pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik** za toliko časa, da se pojavi naslednji prikaz.

### Preklapljanje med aktivnostmi:

Med aktivnostmi preklapljate tako, da **predel za upravljanje na dotik pritisnete** tolikokrat, da dosežete želeno aktivnost.

### Začetek vadbe:

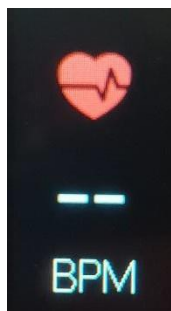


**Pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik** za toliko časa, da se začne merjenje časa. Enako naredite za končanje vadbe.

### Izhod iz načina za vadbo:

Po koncu vadbe **predel za upravljanje na dotik pritisnite** tolikokrat, da se vrnete v glavni meni.

### Način s senzorjem za srčni utrip



V načinu s senzorjem za srčni utrip poteka merjenje vašega povprečnega srčnega utripa v udarcih na minuto (BPM).

Med merjenjem srčnega utripa se zaradi stalnega utripanja srca trenutna vrednost srčnega utripa nenehno posodablja, tako da je v vsakem trenutku prikazana aktualna vrednost.

**Opomba:** Za čim natančnejše merjenje si pametno zapestnico HB5C/Y5 namestite za širino enega prsta stran od zapestja. Med merjenjem bodite tiho.

### Način za merjenje krvnega tlaka



V načinu za merjenje krvnega tlaka lahko izmerite svoj krvni tlak v milimetrih živega srebra (mmHG). Za razliko od načina s senzorjem srčnega utripa se v načinu za merjenje krvnega tlaka opravi samo ena meritev.

**Opomba:** Da zagotovite čim natančnejše merjenje, dvignite zapestje, da bo na isti višini kot srce, in bodite čim bolj pri miru in tiho.

### Način za merjenje kisika v krvi



Z načinom za merjenje kisika v krvi izmerite trenutno nasičenost krvi s kisikom.

**Opomba:** Da zagotovite čim natančnejše merjenje, si pametno zapestnico HB5C/Y5 namestite za širino enega prsta stran od zapestja in bodite med merjenjem pri miru.

### Način za sporočila

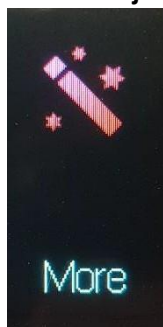


V načinu za sporočila je prikazano število neprebranih sporočil.

**OPOMBA:** Ta funkcija **DELUJE SAMO**, če imate v pametnem telefonu nameščeno aplikacijo **JYou**.

**Za ogled sporočil:** Za ogled vsebine sporočil **pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik**. Za pomikanje med sporočili **pritisnite predel za upravljanje na dotik**.

## Več funkcij

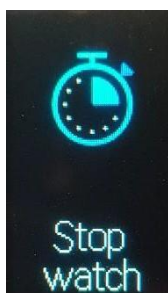


Prek te možnosti dostopate do nadaljnjih funkcij svoje naprave.

**Za dostop do dodatnih funkcij:** Pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik, dokler se ne pojavi nova možnost.

## IZ NAČINA MORE (VEČ) LAHKO DOSTOPATE DO NASLEDNJIH FUNKCIJ:

### Način štoparice

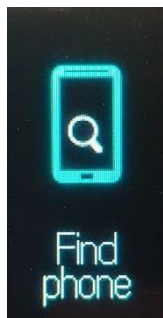


V načinu štoparice lahko začnete in končate merjenje s štoparico.

**Uporaba:** Štoparico odprete tako, da v meniju štoparice **pritisnete in zadržite predel za upravljanje na dotik**. Za začetek merjenja **pritisnite predel za upravljanje na dotik**. Za konec merjenja ga znova pritisnite.

**Izhod:** Za izhod **pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik**.

### Poišči telefon (TRENUTNO NE DELUJE)



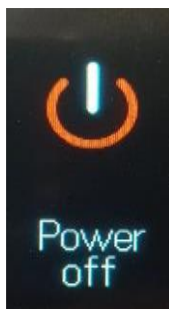
Funkcija za iskanje telefona trenutno ne deluje. Morda bo vključena v poznejšo posodobitev strojne programske opreme.

### Način za naslov Bluetooth MAC



V načinu za naslov Bluetooth MAC je prikazan enolični identifikator vaše naprave. Na ta način lahko posamezne naprave ločite med seboj, če imate več pametnih zapestnic HB5C/Y5.

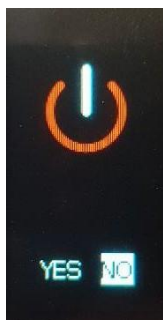
## Izklop



S funkcijo izklopa lahko izklopite svojo napravo.

**Pametno zapestnico HB5C/Y5 izklopite tako: pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik. Pritisnite predel za upravljanje na dotik, da se pokažeta možnosti »Yes« (Da) in »No« (Ne). Za izbiro možnosti znova pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik.**

**Ponovni vklop naprave: Pritisnite in zadržite predel za upravljanje na dotik, da se naprava vklopi.**



## 4 – Seznanitev naprave z napravo Android/iOS

### 4.1 – iOS (iPhone, iPad, iPod Touch)

1. Funkcijo Bluetootha omogočite tako, da v napravi odprete **nastavitve** ter izberete in vklopite **Bluetooth**.
2. V novejših modelih iPhonea nadzorno središče odprete tako, da **podrsate v smeri od dna zaslona**. Če je ikona za **Bluetooth** (simbol B) siva/bela, jo pritisnite, da omogočite povezavo z Bluetoothom.
  - V novejših modelih iPada podrsajte v smeri od **desnega zgornjega** kota zaslona.
3. **Prenesite aplikacijo JYOU** iz trgovine z **aplikacijami** (<https://itunes.apple.com/gb/app/jyou/id982424840?mt=8>) in jo **odprite**.
4. **Potrdite/sprejmite** obvestila, ki se pojavijo.
5. Preberite pravilnik o varstvu osebnih podatkov in podajte soglasje k njemu. Če z njim ne soglašate, aplikacije ne smete uporabljati.
6. Priporočamo, da postopek prijave **PRESKOČITE**.
7. Pojdite na zavihek **»Settings«** (Nastavitve) na dnu zaslona.
8. Pritisnite **»Binding device«** (**Poveži napravo**)
9. Poiščite napravo. Označena je z naslednjo obliko zapisa: **Y5-XXXX** (npr. **Y5-13F8**). Pritisnite to napravo, da jo povežete.
10. Pritisnite **»Back«** (**Nazaj**) v zgornjem levem kotu zaslona, da se vrnete na začetni zaslon aplikacije.

### 4.2 – Android (Samsung, LG, Sony, HTC, Huawei itd.)

1. Funkcijo Bluetootha omogočite tako, da v napravi odprete nastavitve in preklopite drsnik za **Bluetooth**. Odvisno od modela je ta možnost morda na voljo v drugem meniju (na primer v meniju za povezave).
  - Podrobna navodila o tem, kako v svoji napravi vklopite Bluetooth, lahko poiščete z internetnim iskanjem tako, da vnesete »[vaša naprava] vklop Bluetootha« (npr. »Samsung Galaxy S7 vklop Bluetootha«)
2. **Prenesite aplikacijo JYou** iz **trgovine Google Play** (<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.janyun.jyou>) in jo odprite.
3. Sprejmite in dovolite vsa obvestila oz. dovoljenja, ki se pojavijo.
4. Preberite pravilnik o varstvu osebnih podatkov in podajte soglasje k njemu. Če z njim ne soglašate, aplikacije ne smete uporabljati.
5. Priporočamo, da postopek prijave **PRESKOČITE** – pritisnite **»Over Login«** (Preskoči prijavo).

6. Pojdite na zavihek »**Settings**« (Nastavitve) na dnu zaslona.
7. Pritisnite »**Binding Equipment**« (**Poveži napravo**).
8. Pritisnite na simbol za osvežitev v zgornjem desnem kotu aplikacije, da poiščete naprave.
9. Poiščite napravo. Označena je z naslednjo obliko zapisa: **Y5-XXXX** (npr. **Y5-13F8**). Pritisnite to napravo, da jo povežete.
10. Ko se izbrana naprava prikaže med povezanimi napravami (»**Connected Device**«), pritisnite gumb za nazaj ali puščico za nazaj v zgornjem levem kotu aplikacije.

#### 4.3 – Amazon Fire OS (Fire Tablet, Kindle Fire itd.)

**OPOMBA: Aplikacija uradno ne podpira operacijskega sistema Amazon Fire. Ne jamčimo, da bo delovanje pametne zapetnice HB5C/Y5 v njem optimalno.**

1. Omogočite Bluetooth v svoji tablici Fire tako, da odprete **nastavitve**, izberete »**Wireless**« (**Brezžično**), nato »**Bluetooth**« in nato možnost »**Enable Bluetooth**« (Omogoči Bluetooth) preklopite na »**On**« (Vklop).
2. Omogočite namestitve iz neznanih virov tako, da odprete nastavitve, izberete »**Security**« (**Varnost**) in nato vklopite možnost »**Apps from Unknown Sources**« (**Aplikacije iz neznanih virov**).
3. Za prenos aplikacije **JYou** v napravi z operacijskim sistemom Fire obiščite to povezavo: <https://drive.google.com/file/d/1H-a2dcD3lGmv5vIMi6eeYZakVU26TVf/view?usp=sharing>. Aplikacijo najprej prenesite in jo šele nato namestite (brskalnik vas bo verjetno pozval k temu; če vas ne, preverite, ali je datoteka v obvestilih).
4. Sprejmite in dovolite vsa obvestila oz. dovoljenja, ki se pojavijo.
5. Preberite pravilnik o varstvu osebnih podatkov in podajte soglasje k njemu. Če z njim ne soglašate, aplikacije ne smete uporabljati.
6. Priporočamo, da postopek prijave **PRESKOČITE** – pritisnite »**Over Login**« (Preskoči prijavo).
7. Pojdite na zavihek »**Settings**« (Nastavitve) na dnu zaslona.
8. Pritisnite »**Binding Equipment**« (**Poveži napravo**).
9. Pritisnite na simbol za osvežitev v zgornjem desnem kotu aplikacije, da poiščete naprave.
10. Poiščite napravo. Označena je z naslednjo obliko zapisa: **Y5-XXXX** (npr. **Y5-13F8**). Pritisnite to napravo, da jo povežete.
11. Ko se izbrana naprava prikaže med povezanimi napravami (»**Connected Device**«), pritisnite gumb za nazaj ali puščico za nazaj v zgornjem levem kotu aplikacije.

## 5 – Pogosta vprašanja

### ***Na seznamu ne najdem svoje naprave.***

- Preverite, ali je vaša pametna zapestnica HB5C/Y5 vklopljena in popolnoma napolnjena.
- Preverite, ali je Bluetooth omogočen.
  - **Naprave z operacijskim sistemom iOS: Preverite, ali ste v celoti opravili 2. korak iz navodil za nastavitve aplikacije, tako da se vaša naprava zagotovo lahko poveže.**
- Izklopite in znova vklopite napravo (glejte točko 3.2 v navodilih za napotke o izklopu).
- Odstranite in znova namestite aplikacijo **JYou**.
- Znova zaženite pametni telefon/tablico in poskusite znova.
- Če je katera od teh aplikacij nameščena, jo odstranite in poskusite znova, saj lahko spodaj navedene aplikacije motijo postopek seznanjanja:
  - BTNotification
  - FunDo Pro
  - FunDo Wear
  - FunDo Companion
  - FunDo Bracelet
  - FunRun
  - FunFit
  - MediaTek SmartDevice
  - GetFit 2.0
  - GetFitPro

### ***Pametna zapestnica HB5C/Y5 ves čas vibrira, na njej pa se prikaže napis »Do Exercise« (Čas za vadbo).***

Do tega pride, če je v aplikaciji JYou je omogočena funkcija »Sedentary Remind« (Opomnik za sedeči položaj). Funkcijo onemogočite tako:

1. Odprite aplikacijo **JYou**.
2. V aplikaciji pojdite v nastavitve.
3. Pritisnite »Sedentary Remind« (Opomnik za sedeči položaj).
4. Funkcijo onemogočite tako, da možnost »Remind Time« nastavite na 0.