

Handleiding Valante Smartwatch

Q8



Copyright verklaring: © Valante – BV AK-Media. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door print-outs, kopieën, of op welke manier dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Gebruiksaanwijzing	4
Gebruik van de smartwatch	4
Inschakelen	4
Bediening	4
Schermpje oplichten	4
Uitschakelen	4
Bluetooth verbinden/ontkoppelen	4
APP downloaden	4
Verbinden	5
Ontkoppelen:	5
Lage batterij en opladen.....	5
Lage batterij	5
Opladen	5
Paswoord Reset.....	5
Update Firmware.....	5
Terugzetten naar fabriekswaarden	6
Functies en bediening	6
Belangrijkste functies	6
Sport modus	6
Functies	6
Bediening.....	6
Data tonen.....	6
Pauzeren en hervatten	6
Exit.....	6
Stappen tellen, calorieën en afstand	6
Functie.....	6
Bediening.....	6
Bloeddruk	7
Functie	7
Bloeddrukmeting.....	7
Automatische meting van bloeddruk.....	7
Private modus voor bloeddruk.....	7
Bediening:.....	7
Bloeddrukmeting.....	7
Automatische meting in- en uitschakelen.....	7

Hartslag	8
Functie	8
Hartslagmeting	8
Automatische hartslagmeting	8
Hartslag alarmen	8
Bediening	8
Hartslagmeting	8
Schakel automatische hartslagmeting in en uit	8
Hartslag alarm	8
Slaapmonitor	8
Herinneringen	8
Alarm	8
Inkomende oproepen, stilte en oproepen afwijzen	8
Functie	8
Bediening	9
Stilte	9
Afwijzen	9
Herinnering SMS, appjes en sociale media	9
Functie	9
Informatie browsen	9
Sedentair alarm	9
Andere functies	9
Correct Dragen Detectie	9
Functie	9
Bediening	9
Toestel verbinden	10
Vrouwelijke functies	10
Deze functies zijn alleen voor vrouwen	10
Alleen menstruatieperiode en voorbereiding zwangerschap meten:	10
Zwangerschapsduur	10
Moederschap	10
Foto's	10
Opmerkingen	11
Vrijwaringsclausule	11

Opmerkingen:

1. Lees deze handleiding aandachtig voor gebruik.
2. Smartwatch 2 uur opladen voor eerste gebruik.
3. Verbind met de APP voor gebruik. Bij het installeren moet de gebruiker toestemmen met alle machtigingen, anders kunnen niet alle functies gebruikt worden.

Gebruiksaanwijzing

Gebruik van de smartwatch

Inschakelen

Wanneer de watch uitgeschakeld is, druk en houd de touchzone 3 seconden ingedrukt om in te schakelen (wanneer er een zijknop is, druk en houd deze knop 3 seconden ingedrukt). Daarna verschijnt er een animatie en trilsignaal, waarna het hoofdmenu met de tijd op het scherm verschijnt. De duur van de weergave kan aangepast worden in de APP.

Bediening

Met een enkele druk op de touchzone kan je schakelen tussen de menu's. Wanneer er een submenu is, touchzone 3 seconden ingedrukt houden om het submenu te betreden. (Als de watch een zijknop heeft, houd deze drie seconden ingedrukt om uit te schakelen en druk een keer op de zijknop om terug te gaan naar de tijdsweergave).

Schermpje oplichten

Wanneer het scherm zwart is, licht het scherm dan op door een keer op de touchzone te drukken. Als de optie 'oplichten door polsbeweging' ingeschakeld is, kan de gebruiker het scherpje oplichten door de pols te draaien en wordt het hoofdmenu met de tijd weergegeven.

Uitschakelen

Ga naar het afsluitmenu in de watch, druk en houd daar de touchzone 3 seconden ingedrukt. Dan verschijnt de afsluitanimatie en een trilsignaal, waarna de watch uitschakelt. (Als er een zijknop is, houdt deze knop op het hoofdmenu dan 3 seconden ingedrukt om de watch uit te schakelen).

Bluetooth verbinden/ontkoppelen

APP downloaden

Zoek de APP 'H Band' in Google Play (Android) of App Store (voor Apple) om te downloaden en te installeren, of scan de onderstaande QR-code om de APP 'H Band' te downloaden.



H Band

Verbinden

Schakel de Bluetooth op je telefoon in > open H Band > 'Klik om toestel te verbinden', zoek naar de watch in het lijstje. Aan de hand van de bovenstaande stappen kan de APP verbonden worden met de watch en ingesteld worden.

Ontkoppelen:

Methode 1: Open H Band > 'ONTKOPPELEN' > losgekoppeld (voor iOS moet je het toestel vergeten in de Bluetooth-instellingen om te ontkoppelen).

Methode 2: Schakel de Bluetooth op je telefoon uit.

Lage batterij en opladen

Lage batterij

a. Herinnering: Wanneer de batterij van de watch laag is, verschijnt er een icoontje op een zwart scherm wanneer je een keer op de touchzone van de watch drukt. Na een seconde verschijnt het hoofdmenu en zal het icoontje van de batterij beginnen knipperen. Na drie seconden springt het scherm op zwart.

b. Uitschakelen bij lage batterij: De watch zal afsluiten wanneer de batterij leeg is. Druk en houd de touchzone 3 seconden ingedrukt, waarna het icoontje van lagere batterij getoond wordt. De watch kan dan niet meer ingeschakeld worden.

Opladen

Tijdens het laden wanneer de watch is uitgeschakeld, zal de watch automatisch inschakelen. Dan wordt het hoofdmenu getoond en zal het batterij icoontje knipperen. Gebruikers kunnen slechts een keer op de touchzone drukken, maar geen acties uitvoeren. Wanneer er met de watch geschud wordt, zal de animatie getoond worden en springt het scherm na 8 seconden op zwart. Wanneer de watch volledig is opgeladen, zal het menu knipperen en daarna opgelicht blijven.

Paswoord Reset

Gebruikers kunnen zelf een paswoord instellen. Wanneer het paswoord is ingesteld, is het noodzakelijk om het paswoord in te voeren om de telefoon met de watch te verbinden. Het oorspronkelijke paswoord is 0000 en kan door de gebruikers gereset worden. Dat kan op de volgende manieren:

Methode 1: Open H Band > Instellingen > Mijn toestel > Reset paswoord > Voer het oude en het nieuwe paswoord in > reset paswoord.

Methode 2: Paswoord vergeten? Druk en houd de touchzone in het menu van de slaapmonitor 6 seconden ingedrukt om het paswoord te verwijderen en gebruikers kunnen de watch bedienen zonder paswoord. Wanneer de watch dan gereset wordt, is het oude paswoord 0000.

Update Firmware

Wanneer er een nieuwe versie of update is van de applicatie voor de watch, zal de firmware verschijnen wanneer er verbonden wordt met de APP.

Terugzetten naar fabriekswaarden

Gebruikers kunnen de data van de watch verwijderen en de watch terugzetten naar fabriekswaarden op de volgende manier: Open H Band > Mijn toestel > Reset paswoord > Verwijder data. Daarna worden alle data gewist en worden de instellingen terug op standaard gezet.

Funcities en bediening

Belangrijkste funcities

Sport modus

Funcities

- a. In de sport modus kan de watch tijd, hartslag, calorieën en stappen meten tijdens het sporten. Pauzeren en hervatten is mogelijk.
- b. Automatisch stoppen: Tijdens het sporten zal de watch automatisch de bewegingsstatus van de gebruiker beoordelen. Wanneer de watch merkt dat het sporten gestopt is, zal de watch automatisch uit de sport modus gaan.
- c. Dataopslag: De watch zal alleen de laatste 3 sportdata bewaren.

Bediening

Data tonen

Schakel in het hoofdmenu via een druk op de touchzone naar het sportmenu. Druk en houd het sportmenu 3 seconden ingedrukt om de sportdata te tonen. Dan zie je de tijd, hartslag, calorieën en stappen in het menu.

Pauzeren en hervatten

Pauzeer door een keer op de touchzone te drukken in het menu van de sportdata. Dan houd en druk de touchzone drie seconden ingedrukt en de watch zal een seconde trillen en het menu hervatten tonen. Houd en druk drie seconden ingedrukt om de sport te hervatten. In dit menu, wordt het scherm automatisch zwart wanneer het een tijdlang niet gebruikt wordt en de data tonen wanneer het scherm wordt opgelicht.

Exit

Ga uit het menu door de touchzone in het menu van de data twee keer kort in te drukken. Op dat moment, touchzone 3 seconden ingedrukt houden om uit de sport modus te gaan. In dit menu wordt de watch automatisch zwart nadat het toestel acht seconden niet gebruikt wordt. Wanneer het scherm oplicht, worden de data getoond.

Stappen tellen, calorieën en afstand

Funcitie

De watch zal het aantal stappen, calorieën en afstand per dag en de sportdoelen tonen. De gegevens worden iedere dag om 00:00 uur gewist.

Bediening

In het hoofdmenu naar het menu van de stappen schakelen met een enkele druk op de touchzone. De watch gaat automatisch op zwart beeld wanneer hij een tijd niet gebruikt wordt.

Bloeddruk

Functie

Bloeddrukmeting

De watch zal de bloeddruk beginnen meten in dit menu en automatisch het scherm in stand-by schakelen na het meten van de data.

Automatische meting van bloeddruk

Deze functie kan aangezet worden in de APP. Wanneer de functie ingeschakeld is, zal de watch automatisch de bloeddruk meten (om de 10 minuten). Wanneer de watch verbonden is met de mobiele telefoon, zal de watch de data naar de APP uploaden.

Private modus voor bloeddruk

Deze functie kan ingeschakeld worden in de APP. Wanneer de functie ingeschakeld is, kan de bloeddruk gemeten worden op basis van de dagelijkse input van de gebruiker voor meer accurate bloeddrukmetingen.

Bediening:

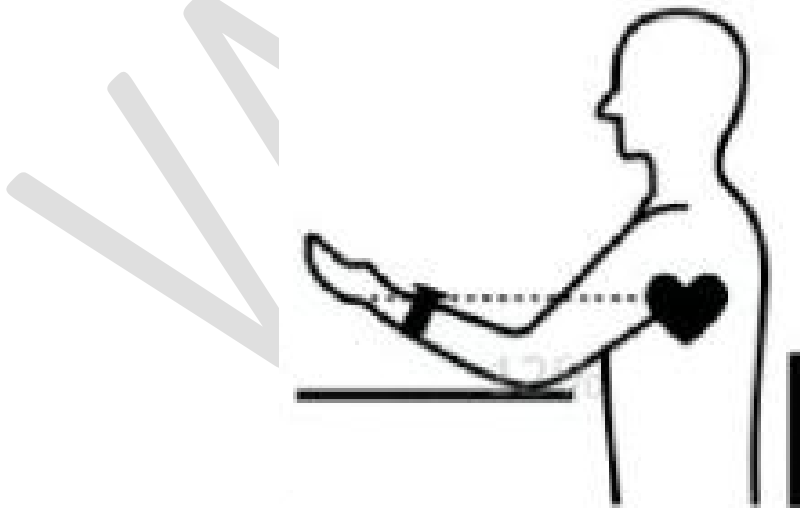
Bloeddrukmeting

Schakel via het hoofdmenu naar het menu van de bloeddruk. Eenmaal in het bloeddruk menu, wordt de bloeddruk automatisch gemeten. Tijdens de meting (25 seconden) wordt het menu getoond. Als er na 25 seconden geen metingen zijn, dan wordt XXX/XXX getoond. Als de bloeddruk goed gemeten is, dan verschijnen de data.

Automatische meting in- en uitschakelen

Open H Band > Instellingen > Mijn toestel > Verander instellingen > Automatische bloeddrukmeting.

Schakel private modus in en uit: Open H Band > Instellingen > Private modus bloeddruk. Na het inschakelen van de private modus, komt er een 'P' te staan in het menu van de bloeddruk.



Opgelet: Instructies voor accuratere bloeddrukmetingen na het betreden van het menu van de bloeddruk. Neem een ontspannen houding aan en zorg ervoor dat de watch zich op dezelfde hoogte als je hart bevindt. Niet praten tijdens de test. (De functie is bedoeld als indicatie voor wijzigingen in de bloeddruk voor en na het sporten en is niet bedoeld voor medische doeleinden).

Hartslag

Functie

Hartslagmeting

De watch zal de hartslag van de gebruiker meten in het menu van de hartslag, de resultaten tonen na de test en automatisch in stand-by gaan na 60 seconden.

Automatische hartslagmeting

Deze functie kan ingeschakeld worden in de APP. Wanneer de functie ingeschakeld is, zal de hartslag regelmatig gemeten worden (om de 10 minuten) en de hartslagdata monitoren. Wanneer er verbinding is met de mobiele telefoon, zal de watch de data uploaden naar de APP.

Hartslag alarmen

Wanneer de automatische hartslagmeting ingeschakeld is, kan in de APP een limiet worden ingesteld. Wanneer de hartslag deze limiet bereikt, zal de watch trillen en het alarm op het scherm weergeven.

Bediening

Hartslagmeting

Ga via het hoofdmenu naar het menu van de hartslag. De hartslagmeting begint bij het betreden van het menu. Tijdens de meting is de waarde nul. De waardes worden pas getoond na de test. Als er geen testresultaten zijn, blijven de waardes op nu staan.

Schakel automatische hartslagmeting in en uit

Open H Band > Instellingen > Mijn toestel > Verander instellingen > Automatische hartslagmeting

Hartslag alarm

Open H Band > Instellingen > Mijn toestel > Hartslag Alarm > Hartslag Alarm Opties > Stel limiet in > Bewaren.

Slaapmonitor

(1) Functie: De watch toont de slaaptijd, diepe slaap, lichte slaap en slaapkwaliteit van de gebruiker van de vorige nacht in het menu.

Herinneringen

Alarm

De gebruiker kan een alarm instellen in de APP. Eenmalig of herhaald alarm kan ingesteld worden. Er kan gekozen worden tussen 20 verschillende alarm-icoontjes naar keuze van de gebruiker. Wanneer de tijd aangebroken is, zal de watch vibreren en het icoontje tonen op het scherm. De watch zal tien keer trillen en dan op stand-by gaan. (Wanneer het eenmalige alarm conflicteert met de herhaalde alarmen, zal de watch alleen het eenmalige alarm tonen).

Inkomende oproepen, stilte en oproepen afwijzen

Functie

Deze functie kan ingeschakeld worden in de APP. Wanneer de functie AAN staat, zal de watch bij een inkomende oproep vibreren (voor iOS is er alleen een herinnering wanneer er verbinding is met de mobiele telefoon). Het belicoontje verschijnt en de ID van de beller (alleen wanneer de naam van de

beller is opgeslagen in de telefoonboek van de gebruiker). De gebruiker kan de oproep op stil zetten of afwijzen via de watch en dan gaat de watch automatisch in stand-by.

Bediening

Stilte

Wanneer er een inkomende oproep is, zal de watch trillen. Op dat moment kan je mute inschakelen door een enkele keer op de touchzone te drukken. De watch stopt met trillen en het mute-icoontje verschijnt op het scherm.

Afwijzen

Wanneer er een inkomende oproep is, begint de watch te trillen. Druk en houd de touchzone drie seconden ingedrukt om de oproep af te wijzen. De afwijzing verschijnt op het scherm en de watch gaat in stand-by na een halve seconde.

Herinnering SMS, appjes en sociale media

Functie

Deze functie kan ingesteld worden in de APP. Wanneer het AAN staat, worden sms'jes, appjes en sociale media notificaties doorgezonden naar de watch. (Verbinding noodzakelijk voor iOS, machtigingen instellen voor Android).

Informatie browsen

Bijvoorbeeld voor Facebook zal de watch trillen wanneer er een berichtje binnenkomt op de telefoon en de melding tonen. Bladeren kan door een enkele keer op de touchzone te drukken (Automatisch stand-by wanneer er drie seconden geen bediening is). Wanneer alle berichten gezien zijn, springt de watch op zwart na een enkele druk op de knop.

Sedentair alarm

Deze functie kan ingesteld worden in de APP. Wanneer het AAN staat, kan de gebruiker de tijd van het zitten instellen. Vanaf moment zal de watch het zittend gedrag van de gebruiker constant monitoren. Wanneer de tijd van het stilzitten wordt overschreden, zal de watch vibreren en de animatie tonen.

Andere functies

Correct Dragen Detectie

Functie

Deze functie kan ingesteld worden in de APP. Wanneer het AAN staat, zal de watch de draagtest uitvoeren om te bepalen of de gebruiker de watch goed draagt alvorens de hartslagmeting (of bloeddrukmeting) te starten. Als de watch correct gedragen wordt zal de meting starten. Wanneer de watch niet goed gedragen wordt, begint er een lichtje te flikkeren en zal de watch automatisch in stand-by gaan.

Bediening

Open H Band > Instellingen > Mijn toestel > Verander instellingen > Schakel de Draagdetectie aan en uit. Deze functie werkt niet in stand-by.

Toestel verbinden

Deze functie kan ingesteld worden in de APP. Wanneer het AAN staat, zal de watch de data synchroniseren met de APP. Als de gebruiker inlogt zonder ID, zal de APP de data lokaal opslaan en niet verwijderen. Als de gebruiker inlogt met ID, zal de APP de data naar de cloud-account van de gebruiker uploaden.

Vrouwelijke functies

Deze functies zijn alleen voor vrouwen

Wanneer de gebruiker een man is, zal de APP geen data weergeven. Wanneer de gebruiker een vrouw is, kan zij haar huidige fysiologische status (alleen menstruatieperiode, voorbereiding op zwangerschap, zwangerschapstijd en tijd moederschap) en periode maandstonden instellen in de APP. Op basis van deze gegevens zal de watch de huidige status van de gebruiker berekenen. Gebruikers kunnen de meldingen naar wens instellen.

Alleen menstruatieperiode en voorbereiding zwangerschap meten:

In de huidige modus zal de watch, gebaseerd op de laatste menstruatieperiode, de volgende menstruatie en status tonen (menstruatie, veilige periode, ovulatieperiode en ovulatie datum). Als de functie meldingen ingeschakeld is, zal de watch de gebruiker regelmatig meldingen doen over de huidige fysiologische status van de gebruiker, zoals “veilige periode vandaag” en “nog 23 dagen te gaan tot de volgende menstruatieperiode”, “ovulatie vandaag” en “wees voorzichtig”, en “vandaag ovulatie en hoge kans op zwangerschap” en andere.

Zwangerschapsduur

In de huidige modus zal de watch de datum van bevalling uitrekenen. Wanneer de meldingen ingeschakeld zijn, zal een bericht regelmatig de tijd herinneren. De herinneringen zijn bijvoorbeeld: “Je bent een week zwanger en laat een controle uitvoeren.”

Moederschap

In de huidige modus zal de watch op basis van de geboortedatum van de baby de fysiologische status van de gebruik berekenen. Wanneer de meldingen ingeschakeld zijn, zal de gebruiker herinneringen krijgen zoals: “Het is de tweede dag na de bevalling, besteed voldoende aandacht aan hygiëne tijdens het herstel.”

Foto's

Ga naar het camera menu in de APP en maak foto's via de watch. De watch toont de camera interface. Foto's kunnen gemaakt worden met een enkele druk op de touchzone en geleidelijk loslaten. Drie seconden ingedrukt houden om menu te verlaten. Na een minuut zonder bediening wordt het camera menu automatisch verlaten.

Opmerkingen

1. Haal de beschermfolie van de hartslagsensor aan de achterzijde van de watch voor gebruik.
2. Toestel opnieuw opstarten of de APP opnieuw installeren wanneer er problemen zijn met de synchronisatie of wanneer de Bluetooth uitvalt.
3. Wanneer de smartwatch geen verbinding meer heeft met de Bluetooth van de telefoon, zal de watch nog 20 minuten blijven zoeken.
4. Instructies voor opladen: Laad op met laders van 5V 0.5—1A. Wanneer de watch lange tijd niet gebruikt wordt, schakel de watch dan uit en laad het toestel een keer per maand op.

Vrijwaringsclausule

Opgelet: Deze watch is geen medisch instrument. De watches en hun APP mogen niet gebruikt worden voor diagnose, behandeling of preventie van ziektes en symptomen. Wanneer je gewoontes wil veranderen zoals sporten en slaap, moet je altijd een medisch professional consulteren om schade en verwonding te vermijden. Valante behoudt zich het recht voor om de functies omschreven in deze handleiding te wijzigen of te veranderen, zonder voorafgaande kennisgeving aan de gebruiker.