

SONY®

Hướng dẫn sử dụng

SmartBand Talk
SWR30

Mục lục

Thông tin cơ bản.....	3
Giới thiệu.....	3
Tổng quan về phần cứng.....	3
Tìm hiểu về màn hình.....	4
Tương tác với SmartBand Talk.....	4
Sạc SmartBand Talk.....	4
Kết cấu.....	5
Bật và tắt.....	6
Chế độ Tĩnh.....	6
Thiết lập SmartBand Talk.....	7
Chuẩn bị sử dụng SmartBand Talk.....	7
Kết nối lại SmartBand Talk.....	8
Đặt lại SmartBand Talk.....	8
Cài đặt cho SmartBand Talk.....	9
Sử dụng Ứng dụng SmartBand Talk.....	9
Kiểm soát các ứng dụng bằng SmartBand Talk.....	9
Báo thức SmartBand Talk.....	10
Thông báo.....	11
Xử lý cuộc gọi.....	13
Không làm phiền.....	13
Quản lý năng lượng.....	14
Phong cách đeo.....	14
Màu màn hình.....	15
Theo dõi giấc ngủ.....	15
Google Fit.....	15
Tìm kiếm bằng giọng nói.....	16
Định vị SmartBand Talk.....	16
Chọn mặt đồng hồ cho SmartBand Talk.....	16
Ghi nhật ký hoạt động của bạn bằng ứng dụng Lifelog.....	18
Sử dụng ứng dụng Lifelog.....	18
Đặt mục tiêu.....	20
Ghi nhật ký giấc ngủ bằng SmartBand Talk.....	20
Đồng bộ hóa dữ liệu bằng ứng dụng Lifelog.....	20
Thông tin quan trọng.....	21
Sử dụng SmartBand Talk trong điều kiện ẩm ướt và bụi.....	21
Thông tin pháp lý.....	22

Thông tin cơ bản

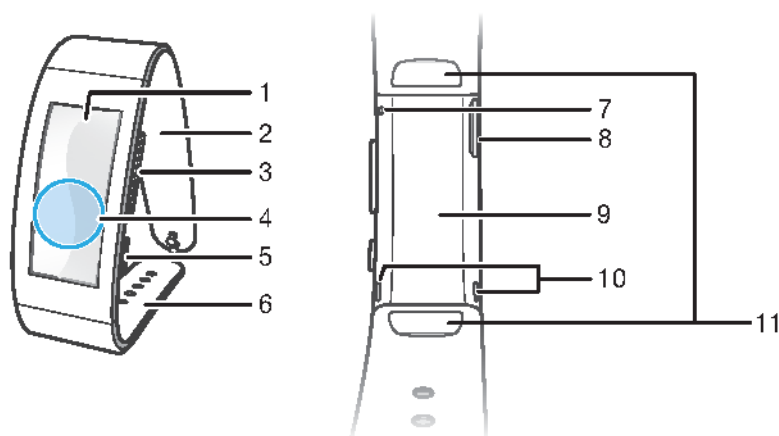
Giới thiệu

SmartBand Talk vừa là thiết bị độc lập vừa là sản phẩm đồng hành kết nối không dây qua Bluetooth® với điện thoại thông minh và máy tính bảng Android™. Được đeo trên tay thuận, phụ kiện này có thể theo dõi các vận động của cơ thể và tương tác với thiết bị Android™ để tạo dữ liệu về cuộc sống và thói quen hàng ngày của bạn. Ví dụ như SmartBand Talk đếm số bước và ghi lại dữ liệu về trạng thái thể chất của bạn khi bạn ngủ, đi bộ hoặc chạy bộ. Cùng với ứng dụng Lifelog, bạn có thể đặt mục tiêu cá nhân rồi theo dõi tiến độ của mình ở định dạng toàn diện và dễ xem.

Phụ kiện cũng giúp bạn luôn ngăn nắp và quản lý các nhiệm vụ thông thường hàng ngày. Chẳng hạn như bạn có thể sử dụng phụ kiện này để xử lý báo thức, cuộc gọi và tin nhắn văn bản. Đồng thời, cùng với rất nhiều ứng dụng hiện có cho SmartBand Talk trên Google Play™, bạn có thể thường xuyên thêm các tính năng mới.

Trước khi có thể bắt đầu sử dụng SmartBand Talk, bạn phải tải về Ứng dụng SmartBand Talk và thiết lập phụ kiện để hoạt động với điện thoại hoặc máy tính bảng của bạn. Tham khảo thông tin thiết lập liên quan để biết thêm chi tiết. Đồng thời, lưu ý rằng thiết bị Android™ của bạn phải chạy phần mềm Android™ phiên bản 4.4 trở lên và hỗ trợ cấu hình Bluetooth® phiên bản 3.0.

Tổng quan về phần cứng



1	Màn hình
2	Băng đeo cổ tay 1
3	Phím âm lượng
4	Vùng dò NFC
5	Phím Nguồn/phím Chức năng
6	Băng đeo cổ tay 2
7	Micrô
8	Cổng USB của Micrô
9	Bộ phận lõi
10	Loa
11	Chốt cài

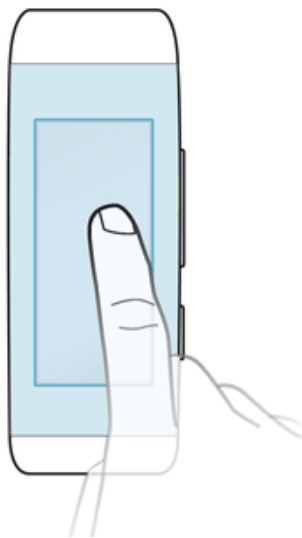
Tìm hiểu về màn hình

SmartBand Talk được trang bị màn hình E Ink® sử dụng công nghệ mực in điện tử để tái tạo quy cách của mực thông dụng trên giấy. Màn hình E Ink® không sử dụng ánh sáng nền. Thay vào đó, ánh sáng xung quanh của môi trường được phản chiếu từ bề mặt màn hình, giúp bạn đọc màn hình thuận tiện hơn. Hình ảnh trên màn hình E Ink® được duy trì ngay cả khi tắt nguồn cho màn hình. Đồng thời, lưu ý rằng khi nội dung hiển thị trên màn hình thay đổi, sẽ có một thời gian chuyển tiếp ngắn. Đây là hoạt động bình thường của màn hình E Ink®.

Tương tác với SmartBand Talk

Bạn có thể kiểm soát ứng dụng bằng cách nhấn mạnh vào SmartBand Talk và bạn có thể điều hướng từ màn hình này sang màn hình khác bằng cách nhấn vào phím chức năng. Nếu màn hình ở trạng thái ngủ trong 30 giây, màn hình chế độ ngủ sẽ hoạt động.

Nhấn



- Xử lý các ứng dụng được cài đặt như thêm dấu ấn.
- ! Màn hình của SmartBand Talk không phải là màn hình cảm ứng. Hãy nhớ nhấn mạnh vào SmartBand Talk để thiết bị đăng ký lệnh. Đồng thời lưu ý rằng màn hình không nhận biết các chuyển động trượt.

Phím chức năng

Bạn có thể sử dụng phím chức năng để điều hướng giữa các màn hình và ứng dụng khác nhau.

Cách điều hướng từ màn hình này sang màn hình khác

- Nhấn nhanh vào phím chức năng.

Cách thoát ứng dụng

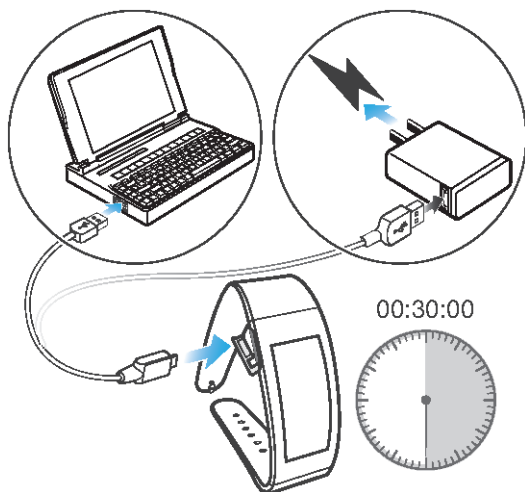
- Nhấn và giữ phím chức năng. Sau khi ứng dụng đóng, màn hình chế độ nghỉ sẽ hoạt động.

Sạc SmartBand Talk

Trước khi sử dụng SmartBand Talk lần đầu tiên, bạn cần sạc phụ kiện này khoảng 30 phút. Chúng tôi khuyến bạn nên sử dụng bộ sạc của hãng Sony.

Nếu không sử dụng SmartBand Talk trong khi đang sạc, bạn cần 45 đến 70 phút để sạc đầy phụ kiện tùy theo loại bộ sạc được sử dụng.

Cách sạc SmartBand Talk



- 1 Cắm một đầu cáp USB vào bộ sạc hoặc vào cổng USB của máy tính.
 - 2 Cắm đầu cáp kia vào cổng Micro USB trên SmartBand Talk.
- 💡 Nếu bạn sạc thiết bị trong lần đầu tiên, hãy nhớ sạc ít nhất 30 phút.

Cách kiểm tra mức pin của SmartBand Talk

- Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > TRẠNG THÁI**.

Thông báo mức pin thấp

Khi SmartBand Talk đang bật và mức pin ở dưới 15 phần trăm, phụ kiện sẽ rung nhanh một lần và thông báo cảnh báo sẽ hiển thị trên màn hình cho biết mức pin đang thấp. Cảnh báo sẽ lặp lại khi pin đến mức sạc 10 và 5 phần trăm tương ứng. 📱 hiển thị vãnh viền trên SmartBand Talk của bạn khi hết pin, cho biết rằng bạn cần sạc pin.

Cách hủy thông báo cảnh báo mức pin

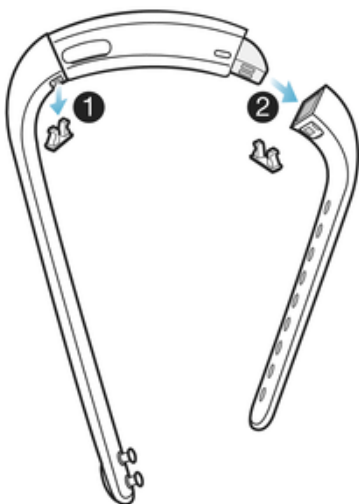
- Nhấn nhanh vào phím chức năng.

Kết cấu

Để cá nhân hóa SmartBand Talk, bạn có thể thay thế vòng đeo tay bằng những vòng có màu sắc và độ dài khác nhau mà bạn có thể mua riêng.

- ! Khi thay đổi vòng đeo tay, bạn cũng có thể phải thay thế chốt cài bằng chốt có kích thước và loại phù hợp.

Cách tháo vòng đeo tay



- 1 Đưa móng tay hoặc vật tương tự vào khoảng trống cạnh mỗi chốt cài rồi kéo ra và tháo chốt hoàn toàn.
- 2 Tháo băng đeo cổ tay khỏi bộ phận lõi của phụ kiện.

Bật và tắt

Cách bật SmartBand Talk

- Nhấn và giữ phím nguồn cho tới khi thiết bị rung.

Cách tắt SmartBand Talk

- Bấm và giữ phím nguồn cho tới khi SmartBand Talk rung và màn hình trống.

Chế độ Tĩnh

SmartBand Talk có một tính năng gọi là chế độ Tĩnh. Khi SmartBand Talk hoàn toàn tĩnh và không nhận bất cứ thông báo hay cuộc gọi nào trong vòng 20 phút, thiết bị sẽ chuyển sang chế độ Tĩnh và màn hình sẽ trống. Ngay khi SmartBand Talk được di chuyển hoặc nhận cuộc gọi đến hoặc thông báo, thiết bị sẽ tự động thoát khỏi chế độ Tĩnh.

- ! Chế độ Tĩnh được bật trên SmartBand Talk theo mặc định và bạn không thể cài hay tắt chế độ này.

Thiết lập SmartBand Talk

Chuẩn bị sử dụng SmartBand Talk

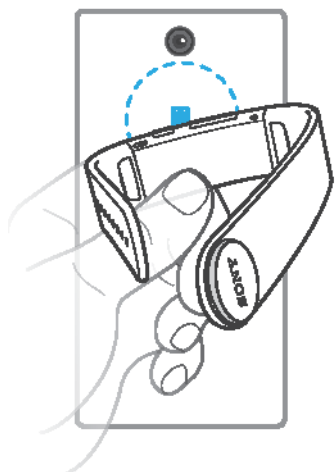
Để SmartBand Talk hoạt động đúng cách, bạn phải cài đặt phiên bản mới nhất của Ứng dụng SmartBand Talk trên thiết bị Android™, sau đó ghép nối và kết nối với thiết bị Android™. Bạn cũng cần cài đặt ứng dụng Lifelog để thêm những tính năng và chức năng bổ sung cho phép bạn, chẳng hạn như, xem thêm thông tin chi tiết về các hoạt động hàng ngày của bạn.


Bạn có thể thiết lập SmartBand Talk bằng NFC để tự động khởi chạy quá trình ghép nối, kết nối và thiết lập, hoặc bạn có thể sử dụng tùy chọn Bluetooth® theo cách thủ công trong đó yêu cầu một số bước bổ sung như tải xuống và cài đặt một số ứng dụng cần thiết.

Trình hướng dẫn thiết lập trong Ứng dụng SmartBand Talk hướng dẫn bạn thực hiện quá trình thiết lập SmartBand Talk trong lần đầu tiên.

- ! Tất cả ứng dụng bắt buộc để SmartBand Talk hoạt động đều có trên Google Play™.

Cách thiết lập SmartBand Talk bằng NFC




- 1 Đảm bảo đã sạc SmartBand Talk trong ít nhất 30 phút.
- 2 **Thiết bị Android™:** Đảm bảo rằng chức năng NFC đã được bật và màn hình đã mở khóa và đang hoạt động.
- 3 Đặt thiết bị Android™ lên trên SmartBand Talk sao cho vùng dò tìm NFC của mỗi thiết bị chạm vào nhau.  xuất hiện nhanh trên thanh trạng thái và xuất hiện vĩnh viễn trên bảng Thông báo khi kết nối với SmartBand Talk hoạt động.

- ! Bạn có thể thiết lập SmartBand Talk bằng NFC ngay cả khi SmartBand Talk đang tắt.

- 💡 Bạn có thể kéo thanh trạng thái xuống để mở bảng Thông báo và truy cập nhanh vào ứng dụng SmartBand cũng như ứng dụng Lifelog.

Cách thiết lập SmartBand Talk bằng Bluetooth®

- 1 Đảm bảo đã sạc SmartBand Talk trong ít nhất 30 phút.
- 2 **Thiết bị Android™:** Đảm bảo bạn đã cài đặt hoặc cập nhật Ứng dụng SmartBand Talk lên phiên bản mới nhất.
- 3 Bật SmartBand Talk.
- 4 **Thiết bị Android™:** Bật chức năng Bluetooth®, rồi quét tìm thiết bị Bluetooth® và chọn **SWR30** trong danh sách những thiết bị hiện có.
- 5 **Thiết bị Android™:** Làm theo hướng dẫn hiển thị trên màn hình.  xuất hiện nhanh trên thanh trạng thái và nằm cố định trong bảng Thông báo khi kết nối với SmartBand Talk hoạt động.

- 💡 Bạn có thể kéo thanh trạng thái xuống để mở bảng Thông báo và truy cập nhanh vào ứng dụng SmartBand cũng như ứng dụng Lifelog.

Cách cài đặt Ứng dụng SmartBand Talk

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn vào **Cửa hàng Play** để mở ứng dụng **Google Play™**.
 - 2 Nhấn biểu tượng tìm kiếm, sau đó tìm kiếm **SmartBand Talk**.
 - 3 Sau khi kết quả tìm kiếm hiển thị, nhấn vào **SmartBand Talk**, rồi làm theo hướng dẫn liên quan để tải về và cài đặt ứng dụng.
- ! Bạn chỉ có thể cài đặt ứng dụng **SmartBand Talk** trên thiết bị Android™, ví dụ như điện thoại hoặc máy tính bảng Android™.

Kết nối lại SmartBand Talk

Trong trường hợp mất kết nối, chẳng hạn như khi thiết bị Android™ đã kết nối nằm ngoài phạm vi, SmartBand Talk sẽ tự động thực hiện một loạt các lần kết nối lại. Khi điều này xảy ra, bạn có thể sử dụng phím chức năng để buộc phụ kiện thử kết nối, hoặc bạn có thể sử dụng NFC để kết nối lại hai thiết bị.

Cách buộc SmartBand Talk thử kết nối lại

- Bấm phím chức năng.

Kết nối lại SmartBand Talk bằng NFC

- 1 **Thiết bị Android™**: Đảm bảo đã bật chức năng NFC và màn hình đang hoạt động và không bị khóa.
- 2 Đặt thiết bị Android™ lên trên SmartBand Talk sao cho vùng dò NFC của mỗi thiết bị chạm vào thiết bị kia.

Đặt lại SmartBand Talk

Đặt lại SmartBand Talk nếu phụ kiện này hoạt động không như mong đợi hoặc nếu bạn muốn kết nối phụ kiện với một thiết bị mới.

Cách thiết lập lại dữ liệu ban đầu

- 1 Tắt SmartBand Talk của bạn.
 - 2 Bấm và giữ đồng thời phím nguồn và phím tăng và giảm âm lượng cho tới khi bạn thấy có ba lần rung ngắn sau đó là một lần rung lâu hơn rồi nhả các phím ra.
- 💡 Bạn cần ghép nối SmartBand Talk với thiết bị Android™ một lần nữa.

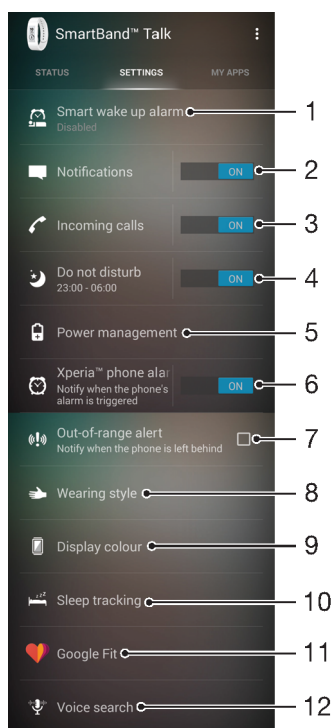
Cách buộc SmartBand Talk phải tắt

- Nhấn và giữ phím nguồn.

Cài đặt cho SmartBand Talk

Sử dụng Ứng dụng SmartBand Talk

Bạn có thể xem và thay đổi cài đặt cho SmartBand Talk bằng cách sử dụng Ứng dụng SmartBand Talk trên thiết bị Android™.



1. Bật hoặc tắt tính năng báo thức thông minh cũng như thêm, chỉnh sửa hoặc xóa báo thức.
2. Bật hoặc tắt chức năng thông báo. Chọn thông báo để chuyển tiếp tới SmartBand Talk.
3. Chọn xem bạn có muốn xử lý cuộc gọi đến bằng SmartBand Talk không.
4. Bật hoặc tắt chức năng “không làm phiền” hoặc thay đổi khoảng thời gian.
5. Bật hoặc tắt chế độ STAMINA.
6. Bật thông báo báo thức trên điện thoại Xperia™.
7. Chọn để được thông báo khi bạn để quên thiết bị.
8. Đặt chiều văn bản.
9. Chọn màu nền màn hình.
10. Chọn loại theo dõi giấc ngủ.
11. Đồng bộ hóa SmartBand Talk với ứng dụng Google Fit.
12. Mở cài đặt nhập bằng giọng nói của Android™ để thay đổi ngôn ngữ và các tùy chọn khác.

💡 Bạn có thể nhấn hoặc kéo thanh trượt liên quan sang vị trí bật hoặc tắt tùy theo việc bạn có muốn nhận thông báo và cuộc gọi đến hoặc kích hoạt chức năng “không làm phiền” và các chức năng khác hay không. Bạn cũng có thể nhấn vào tên của từng chức năng để xem thêm thông tin về cách điều chỉnh cài đặt liên quan.

Kiểm soát các ứng dụng bằng SmartBand Talk

Bạn có thể thêm tối đa chín ứng dụng cùng một lúc để sử dụng với SmartBand Talk. Sau đó bạn có thể dùng SmartBand Talk để kiểm soát cách hoạt động của các ứng dụng đã chọn trên thiết bị Android™ được kết nối. Ví dụ: nếu bạn thêm ứng dụng

trình phát phương tiện liên quan, bạn có thể dùng SmartBand Talk để điều khiển phát lại tệp phương tiện trên thiết bị Android™ đã kết nối. Đối với mỗi ứng dụng được thêm, bạn có thể chỉnh sửa cài đặt bất cứ lúc nào.

Cách chọn ứng dụng để sử dụng với SmartBand Talk

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, tìm và nhấn **SmartBand Talk > ỨNG DỤNG CỦA TÔI > Thêm ứng dụng.**
- 2 Chạm và giữ ứng dụng mà bạn muốn chọn, rồi kéo đến vị trí bên dưới “Thêm ứng dụng” và làm theo hướng dẫn trên màn hình.
- 3 Để tải về các ứng dụng khác, hãy nhấn vào **Tải các ứng dụng khác** rồi làm theo hướng dẫn tải về.

Cách sắp xếp lại danh sách các ứng dụng được chọn

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > ỨNG DỤNG CỦA TÔI.**
- 2 Chạm và giữ ứng dụng bạn muốn di chuyển, sau đó kéo ứng dụng đó vào vị trí bạn muốn.

Cách chỉnh sửa cài đặt cho ứng dụng được chọn

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > ỨNG DỤNG CỦA TÔI.**
- 2 Chọn một ứng dụng rồi chỉnh sửa cài đặt như bạn muốn.

Cách xóa ứng dụng được chọn

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > ỨNG DỤNG CỦA TÔI.**
- 2 Chạm và giữ ứng dụng bạn muốn xóa rồi kéo ứng dụng đó vào **X**.

Báo thức SmartBand Talk

SmartBand Talk có hai chức năng báo thức khác nhau. Một là chức năng báo thức trên điện thoại Xperia™ chỉ hoạt động khi SmartBand Talk kết nối với thiết bị Xperia™. Hai là chức năng báo thức thông minh để đánh thức bạn trong khung thời gian được chọn sau khi bạn đã đạt đến trạng thái ngủ nông sao cho bạn cảm thấy sảng khoái khi thức dậy. Chức năng báo thức thông minh hoạt động bất kể có kết nối thiết bị Android™ hay không.

Thông báo báo thức từ thiết bị Xperia™

SmartBand Talk của bạn sẽ rung khi báo thức đặt sẵn diễn ra trên thiết bị Xperia™ được kết nối.

Cách bật thông báo báo thức từ thiết bị Xperia™

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Xperia™, tìm và nhấn vào **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT.**
- 2 Kéo thanh trượt bên cạnh **Báo thức trên điện thoại Xperia™** sang phải.
- 3 Nhấn vào **Báo thức trên điện thoại Xperia™ > Âm báo thức và rung** và chọn một tùy chọn.

Cách báo lại báo thức trên thiết bị Xperia™ khi SmartBand Talk rung

- Nhấn nhanh vào phím chức năng.

Cách tắt báo thức khi SmartBand Talk đang rung

- Nhấn và giữ phím chức năng.

Báo thức thông minh

Bạn có thể đặt một hoặc nhiều báo thức thông minh trong Ứng dụng SmartBand Talk. Báo thức thông minh đánh thức bạn vào thời điểm thích hợp nhất dựa theo chu kỳ ngủ của bạn. Báo thức thông báo cho bạn bằng cách rung liên tục. Sau khi bạn đặt

khung thời gian cho thời điểm bạn muốn thức giấc bằng báo thức, SmartBand Talk sẽ đăng ký khi bạn đã đạt đến trạng thái ngủ nông (sau một khoảng thời gian ngủ sâu) và sau đó đánh thức bạn dậy.

Ví dụ: nếu bạn đặt báo thức thông minh cho khoảng thời gian từ 06:30 đến 07:00 Sáng, báo thức sẽ đánh thức bạn vào thời điểm nào đó từ 06:30 đến 07:00 Sáng khi bạn đạt đến trạng thái ngủ nông. Nếu bạn không đạt đến trạng thái ngủ nông trong khoảng thời gian này, báo thức thông minh sẽ đánh thức bạn vào 7:00 Sáng.

- ! Nếu bạn muốn thêm, xóa hoặc thay đổi báo thức thông minh, bạn phải kết nối SmartBand Talk với thiết bị Android™.

Cách thêm báo thức thông minh

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
 - 2 Nhấn **Báo thức thông minh** rồi nhấn **+**.
 - 3 Nhấn **Thời gian**, rồi cuộn lên hoặc xuống để điều chỉnh thời gian và nhấn **Đặt**.
 - 4 Nhấn **Lặp lại**, rồi đánh dấu các ngày bạn muốn báo thức lặp lại rồi nhấn **OK**.
 - 5 Nhấn **Cửa sổ báo thức**, rồi chọn một tùy chọn.
 - 6 Đánh dấu hộp kiểm **Âm báo thức** nếu bạn muốn báo thức bằng âm thanh.
 - 7 Khi bạn hoàn tất, nhấn **Xong**.
- 💡 Nếu hộp kiểm **Âm báo thức** được đánh dấu, âm lượng báo thức trên SmartBand Talk bắt đầu ở mức thấp rồi tăng dần lên.

Cách chỉnh sửa báo thức thông minh hiện có

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Nhấn **Báo thức thông minh**, rồi nhấn vào báo thức bạn muốn chỉnh sửa.
- 3 Chỉnh sửa tùy chọn như bạn muốn.
- 4 Khi bạn hoàn tất, nhấn **Xong**.

Cách xóa báo thức thông minh

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Nhấn **Báo thức thông minh**, rồi chạm và giữ báo thức bạn muốn xóa.
- 3 Nhấn **X**, rồi nhấn **Có**.

Các bật báo thức thông minh

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Nhấn **Báo thức thông minh**.
- 3 Cuộn đến báo thức bạn muốn bật rồi kéo nút thanh trượt liên quan sang phải.

Thông báo

Bạn có thể chuyển tiếp tất cả các thông báo xuất hiện trong thanh trạng thái của thiết bị Android™ đã được kết nối tới SmartBand Talk của bạn. Bạn có thể sử dụng Ứng dụng SmartBand Talk để chọn thông báo nào sẽ chuyển tiếp.

Tùy thuộc vào loại thông báo, bạn có thể đọc thông báo xem trước hoặc thông báo đầy đủ bằng cách nhấn vào SmartBand Talk. Bạn cũng có thể thực hiện các thao tác như “Mở trên điện thoại”, “Đánh dấu là đã đọc”, “Chặn”, “Bỏ qua”, v.v..

Cách bật chức năng thông báo

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Kéo thanh trượt bên cạnh **Thông báo** sang phải.
- 3 Nếu bạn bật chức năng thông báo trong lần đầu tiên, hãy làm theo hướng dẫn xuất hiện trên màn hình để cung cấp cho Ứng dụng SmartBand Talk quyền truy cập vào thông báo của bạn.

Cách chọn thông báo để chuyển tiếp tới SmartBand Talk.

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT > Thông báo.**
- 2 Nhấn vào **Thêm ứng dụng.**
- 3 Trong danh sách hiển thị, hãy đánh dấu chọn hoặc bỏ đánh dấu các tùy chọn mong muốn.

Cách ẩn tên người gửi từ tin nhắn thông báo trên SmartBand Talk

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT > Thông báo.**
- 2 Đánh dấu hộp kiểm **Quyền riêng tư.**

Cách chọn kích cỡ văn bản thông báo trên SmartBand Talk

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT > Thông báo.**
- 2 Nhấn **Kích cỡ văn bản thông báo**, sau đó chọn một tùy chọn.

Cách đọc một thông báo được hiển thị trên màn hình của SmartBand Talk

- 1 Nhấn mạnh vào thông báo hoặc bấm nhanh vào phím giảm âm lượng để mở thông báo.
- 2 Bấm nhanh vào phím tăng hoặc giảm âm lượng để di chuyển trong thông báo.

Cách đọc một thông báo từ phần mở rộng Thông báo của SmartBand Talk

- 1 Bấm nhanh vào phím chức năng để điều hướng đến phần mở rộng Thông báo.
- 2 Bấm nhanh vào phím tăng hoặc giảm âm lượng để tô sáng thông báo mà bạn muốn đọc.
- 3 Nhấn mạnh vào thông báo được tô sáng để mở.
- 4 Bấm nhanh vào phím tăng hoặc giảm âm lượng để di chuyển trong thông báo.

Cách đóng hoặc thoát khỏi một thông báo trên SmartBand Talk

- Bấm nhanh vào phím chức năng.

Cách bỏ qua tất cả các thông báo từ phần mở rộng Thông báo

- 1 Bấm nhanh vào phím chức năng để điều hướng đến phần mở rộng Thông báo.
- 2 Bấm nhanh vào phím giảm âm lượng để tô sáng mục “Bỏ qua tất cả các thông báo”.
- 3 Nhấn mạnh vào mục “Bỏ qua tất cả các thông báo” đã được tô sáng.

Thao tác thông báo trên SmartBand Talk

Bạn có thể thực hiện các thao tác cụ thể sau khi nhận được thông báo chuyển tiếp tới SmartBand Talk của bạn. Các thao tác khả dụng sau khi nhận một thông báo sẽ tùy thuộc vào loại ứng dụng gửi đi thông báo đó. Sau đây, chúng tôi sẽ liệt kê các thao tác phổ biến nhất mà bạn có thể thực hiện:

- Đánh dấu là đã đọc: Đánh dấu một thông báo là đã đọc trong ứng dụng thông báo và sau đó xóa nó khỏi danh sách thông báo trên SmartBand Talk và thanh trạng thái trên thiết bị Android™ được kết nối.
- Trả lời: Sử dụng SmartBand Talk để trả lời tin nhắn với một đoạn văn bản ngắn nhập bằng giọng nói (khoảng 5 giây) hoặc các câu trả lời nhanh đã được định sẵn.
- Mở trên điện thoại: Mở một thông báo và ứng dụng liên quan trên thiết bị Android™ được kết nối.
- Chặn: Chặn không cho ứng dụng liên quan chuyển tiếp thông báo tới SmartBand Talk.
- Bỏ qua: Xóa một thông báo khỏi danh sách thông báo trên SmartBand Talk và thanh trạng thái trên thiết bị Android™ được kết nối.

Cách thực hiện một thao tác với một thông báo đang mở sử dụng SmartBand Talk

- 1 Bấm nhanh vào phím tăng hoặc giảm âm lượng để tô sáng thao tác mà bạn muốn thực hiện.
- 2 Nhấn mạnh vào hành động được tô sáng và làm theo các hướng dẫn trên màn hình nếu có.

Xử lý cuộc gọi

SmartBand Talk thông báo cho bạn bằng cách rung liên tiếp khi có cuộc gọi đến. Bạn có thể chọn trả lời cuộc gọi trên thiết bị Android™ hoặc trả lời và xử lý trực tiếp cuộc gọi trên SmartBand Talk bằng cách nói vào micrô trên thiết bị. Bạn cũng có thể sử dụng SmartBand Talk để từ chối cuộc gọi đến và gác máy trong cuộc gọi đang diễn ra. Để xử lý cuộc gọi và nhận thông báo cuộc gọi trực tiếp trên SmartBand Talk, trước tiên bạn phải bật cài đặt liên quan trong Ứng dụng SmartBand Talk.

Cách cho phép SmartBand Talk nhận cuộc gọi đến

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Kéo thanh trượt bên cạnh **Cuộc gọi đến** sang phải.

Cách trả lời cuộc gọi đến bằng SmartBand Talk

- 1 Khi có cuộc gọi đến, hãy nhấn nhanh vào phím chức năng. Bạn có thể nghe giọng nói của người gọi qua loa trên SmartBand Talk.
 - 2 Để nói chuyện với người gọi, hãy giữ phụ kiện trong phạm vi 20 cm so với miệng bạn và nói vào micrô.
- 💡 Nếu muốn trả lời cuộc gọi đến bằng tai nghe, bạn có thể chọn tùy chọn này trên màn hình cuộc gọi đang diễn ra của thiết bị Android™, sau đó cuộc gọi sẽ ở trên thiết bị bạn chọn để trả lời.

Cách từ chối cuộc gọi đến bằng SmartBand Talk

- Nhấn và giữ phím chức năng.

Cách tắt chuông cuộc gọi đến bằng SmartBand Talk

- Nhấn và giữ phím tăng hoặc giảm âm lượng.

Cách gác máy trong cuộc gọi đang diễn ra bằng SmartBand Talk

- Nhấn nhanh vào phím chức năng.

Cách tắt tiếng hoặc bật tiếng cuộc gọi đang diễn ra bằng SmartBand Talk

- Trong cuộc gọi, nhấn và giữ phím chức năng.

Không làm phiền

Bạn có thể tắt âm thanh hoặc rung của thông báo và sự kiện bằng cách bật chức năng "không làm phiền". Nhưng khi bật chức năng này, các chức năng cảnh báo chẳng hạn như báo thức thông minh, báo thức trên điện thoại Xperia™ và chức năng định vị SmartBand Talk vẫn ở trạng thái kích hoạt.


Cách bật chức năng "không làm phiền"

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Kéo thanh trượt bên cạnh **Không làm phiền** sang phải.

Cách đặt khoảng thời gian "không làm phiền"

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT>Không làm phiền**.
- 2 Kéo thanh trượt bên cạnh **Không làm phiền** sang phải.
- 3 Nhấn **Lập lại**.
- 4 Nhấn vào thời gian bắt đầu rồi cuộn lên hoặc xuống để chỉnh sửa rồi nhấn **Đặt**.
- 5 Nhấn vào thời gian kết thúc rồi cuộn lên hoặc xuống để chỉnh sửa rồi nhấn **Đặt**.
- 6 Nhấn **Xong**.

Quản lý năng lượng

Để kéo dài thời lượng pin của SmartBand Talk, bạn có thể kích hoạt chế độ STAMINA từ cài đặt. Khi chế độ này được kích hoạt, màn hình sẽ được bao phủ bởi nhiều đường chéo và biểu tượng chế độ STAMINA  sẽ hiển thị ở góc trên bên phải của SmartBand Talk. Ở chế độ STAMINA, một vài chức năng sẽ bị tắt và bạn không thể thực hiện những thao tác sau:

- Nhận cuộc gọi trên SmartBand Talk.
- Chuyển tiếp thông báo tới SmartBand Talk.
- Được thông báo khi SmartBand Talk và thiết bị Android™ nằm ngoài phạm vi kết nối.

Tuy nhiên, các chức năng báo thức thông minh và ghi lại hoạt động vẫn hoạt động bình thường.

Cách bật chế độ STAMINA

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, tìm và nhấn vào **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Nhấn vào **Quản lý năng lượng**.
- 3 Kéo thanh trượt bên cạnh **Chế độ STAMINA** sang phải.


Cách tắt chế độ STAMINA

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, tìm và nhấn vào **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Nhấn vào **Quản lý năng lượng**.
- 3 Kéo thanh trượt bên cạnh **Chế độ STAMINA** sang trái.
- 4 Bấm nhanh phím chức năng của SmartBand Talk.

Cách tắt tạm thời chế độ STAMINA

- Bấm nhanh vào phím chức năng.
- ! Khi bạn tắt tạm thời chế độ STAMINA trên SmartBand Talk, tất cả các chức năng vẫn khả dụng như bình thường. Nếu bạn không thực hiện hoạt động nào trên SmartBand Talk trong 20 giây, thiết bị sẽ khôi phục về màn hình chờ và quay lại chế độ STAMINA.

Cách kích hoạt chế độ pin yếu

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
 - 2 Nhấn vào **Quản lý năng lượng**.
 - 3 Kéo thanh trượt bên cạnh **Chế độ pin yếu** sang phải.
-  Khi bật chế độ pin yếu, SmartBand Talk sẽ tự động chuyển sang chế độ STAMINA khi pin yếu.

Phong cách đeo

Bạn có thể đặt chiều hiển thị của SmartBand Talk theo cánh tay đeo phụ kiện của bạn.

Cách chọn chiều hiển thị

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Nhấn **Chiều văn bản**, rồi chọn một tùy chọn.
- 3 Nhấn **OK**.

Màu màn hình

Bạn có thể thay đổi màu màn hình cho SmartBand Talk từ đen sang trắng hoặc ngược lại.

Cách thay đổi màu màn hình

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Nhấn **Màu màn hình**, rồi chọn một tùy chọn.
- 3 Nhấn **OK**.

Theo dõi giấc ngủ

SmartBand Talk sẽ theo dõi trạng thái giấc ngủ của bạn dựa trên loại trạng thái không hoạt động nhất định. Để cải thiện độ chính xác của việc theo dõi giấc ngủ, bạn có thể chọn loại theo dõi giấc ngủ, trong trường hợp SmartBand Talk ghi nhầm toàn bộ trạng thái không hoạt động của bạn là khoảng thời gian ngủ. Ví dụ, khi bạn giữ nguyên tư thế khi xem TV hoặc đọc sách trước khi đi ngủ.

Cách kích hoạt theo dõi giấc ngủ tự động

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Nhấn vào **Theo dõi giấc ngủ > Theo dõi giấc ngủ tự động**.
- ! Theo dõi giấc ngủ tự động là chế độ mặc định của chức năng theo dõi giấc ngủ.

Cách tùy chỉnh khoảng thời gian theo dõi giấc ngủ

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT**.
- 2 Nhấn vào **Theo dõi giấc ngủ > Theo dõi giấc ngủ tùy chỉnh > Chỉ theo dõi giấc ngủ giữa**.
- 3 Nhấn vào thời gian bắt đầu rồi di chuyển lên hoặc xuống để chỉnh sửa cho phù hợp, rồi nhấn **Đặt**.
- 4 Nhấn vào thời gian kết thúc rồi di chuyển lên hoặc xuống để chỉnh sửa cho phù hợp, rồi nhấn **Đặt**.
- 5 Nhấn vào **Xong**.

Google Fit

Google Fit là một nền tảng theo dõi sức khỏe được phát triển bởi Google. Bằng việc đồng bộ hóa SmartBand Talk với Google Fit, bạn có thể dễ dàng tích hợp dữ liệu về hoạt động thể dục từ nhiều nguồn khác nhau để giúp bạn hiểu rõ hơn về tiến trình của mình.

Khi bạn kích hoạt Google Fit trên SmartBand Talk, bạn có thể xem dữ liệu được SmartBand Talk ghi lại trong ứng dụng Google Fit mà bạn có thể tải về từ Google Play™.

- ! SmartBand Talk được tối ưu hóa để sử dụng với ứng dụng Lifelog vì thế cả hai giao diện đều hiển thị dữ liệu giống nhau về các hoạt động thể dục của bạn. Tuy nhiên, do lập trình và khoảng thời gian đồng bộ hóa khác nhau nên các dữ liệu được hiển thị trong ứng dụng Google Fit có thể khác với dữ liệu được hiển thị trên SmartBand Talk và trong ứng dụng Lifelog. Chúng tôi khuyến nghị bạn sử dụng ứng dụng phù hợp nhất với nhu cầu của mình.

Cách đồng bộ hóa SmartBand Talk với ứng dụng Google Fit

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT > Google Fit**.
- 2 Kéo thanh trượt bên cạnh **Kết nối với Google Fit** sang phải.

Tìm kiếm bằng giọng nói

Bạn có thể sử dụng khẩu lệnh để trả lời một tin nhắn, xác định vị trí của bạn, kiểm tra bản tin thời tiết, xác nhận lịch trình, v.v.. Tìm kiếm bằng giọng nói sẽ chuyển tiếp các lệnh tìm kiếm đến ứng dụng tìm kiếm bằng giọng nói mặc định của thiết bị Android™ được kết nối. Tính khả dụng của tìm kiếm bằng giọng nói và các ngôn ngữ mà chức năng này hỗ trợ sẽ tùy thuộc vào ứng dụng tìm kiếm bằng giọng nói được cài đặt trên thiết bị Android™ được kết nối. Để sử dụng chức năng tìm kiếm bằng giọng nói trên SmartBand Talk, trước hết, bạn phải cài đặt một ứng dụng tìm kiếm bằng giọng nói, như Google Now, trên thiết bị Android™ của bạn.

Cách cài tùy chọn nhập bằng giọng nói

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, tìm và nhấn **SmartBand Talk > CÀI ĐẶT > Tìm kiếm bằng giọng nói**.
- 2 Nhấn **Cài đặt** và làm theo các hướng dẫn và tùy chọn trên màn hình.
- ! Bạn nên khởi động lại thiết bị Android™ nếu ngôn ngữ tìm kiếm bằng giọng nói được thay đổi.

Cách kích hoạt tìm kiếm bằng giọng nói

- 1 Điều hướng tới màn hình chủ.
- 2 Giữ và bấm phím tăng âm lượng trong khoảng 2 giây cho đến khi hình ảnh loa xuất hiện trên màn hình.
- 3 Nói một lệnh sau khi bạn nghe thấy âm thanh “bíp”.
- ! SmartBand Talk sẽ khôi phục về màn hình chủ sau khi khẩu lệnh đã được chấp nhận hoặc khi xảy ra lỗi.

Định vị SmartBand Talk

Trong trường hợp bạn quên nơi để điện thoại, bạn có thể định vị SmartBand Talk bằng cách kích hoạt trình tạo nhạc chuông từ xa.

Cách sử dụng chức năng đổ chuông từ xa

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > TRẠNG THÁI**.
- 2 Nhấn **Định vị SmartBand™**. SmartBand Talk bắt đầu đổ chuông to.
- 3 Để ngừng đổ chuông, hãy nhấn phím bất kỳ trên SmartBand Talk hoặc nhấn **Ngừng báo bằng âm thanh** trên thiết bị Android™ của bạn.

Chọn mặt đồng hồ cho SmartBand Talk

Bạn có thể chọn trong số nhiều loại mặt đồng hồ khác nhau cho SmartBand Talk của mình và tùy chỉnh chúng. Bạn có thể chọn loại thông tin được hiển thị cho từng mặt đồng hồ mà bạn cài. Bạn có thể chọn những thông tin như ngày tháng, nhiệt độ hoặc thời tiết. Ngoài ra, bạn có thể chọn ảnh nền cho mặt đồng hồ từ album của thiết bị Android™ được kết nối với SmartBand Talk.

Cách chọn mặt đồng hồ cho SmartBand Talk của bạn

- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, hãy tìm và nhấn **SmartBand Talk > ỨNG DỤNG CỦA TÔI**.
- 2 Nhấn **Chọn mặt đồng hồ**, rồi chọn một mặt đồng hồ.
- 3 Nếu bạn muốn thay đổi định dạng hiển thị cho mặt đồng hồ, hãy nhấn **X** và chọn một tùy chọn.

Cách chọn một hình ảnh cho mặt đồng hồ

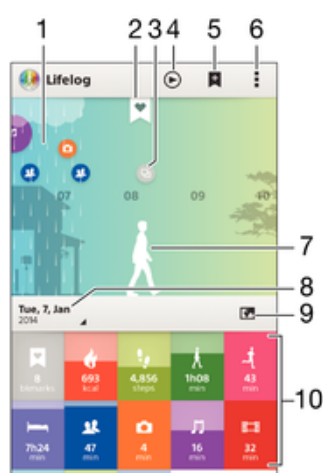
- 1 Từ màn hình ứng dụng chính của thiết bị Android™, tìm và nhấn **SmartBand Talk > ỨNG DỤNG CỦA TÔI**.
 - 2 Nhấn vào **Chọn mặt đồng hồ > Hình ảnh tùy chỉnh > ✕**.
 - 3 Nhấn **CHỌN HÌNH ẢNH** rồi chọn một hình ảnh.
 - 4 Điều chỉnh vị trí và kích cỡ của khung để cắt ảnh, rồi nhấn **Cắt**.
- ! Ứng dụng SmartBand Talk sử dụng bộ chọn hình ảnh mặc định được cài trên thiết bị Android™ để cắt ảnh, vì vậy giao diện người dùng khi chỉnh sửa hoặc chọn ảnh có thể sẽ khác nhau giữa các thiết bị.

Ghi nhật ký hoạt động của bạn bằng ứng dụng Lifelog

Sử dụng ứng dụng Lifelog


Ứng dụng Lifelog ghi lại những hoạt động vật lý, xã hội và giải trí của bạn. Ví dụ như bạn có thể xem liệu bạn đang đi hay đang chạy và cách liên lạc với bạn bè. Bạn cũng có thể xem ảnh nào bạn đã chụp và bản nhạc nào bạn đã nghe. Để bắt đầu sử dụng ứng dụng Lifelog, bạn cần tải ứng dụng xuống từ Google Play™ rồi thiết lập một tài khoản.

- ! Thông số thống kê mà Ứng dụng Lifelog tạo ra từ hoạt động vật lý của bạn, chẳng hạn như quãng đường đi bộ và lượng calo, dựa trên dữ liệu chiều cao và cân nặng bạn cung cấp. Kết quả có thể thay đổi theo từng người dùng. Đồng thời, lưu ý rằng bạn cần có kết nối Internet hoạt động để đồng bộ hóa dữ liệu với ứng dụng Lifelog trên thiết bị Android™ của bạn.




- 1 Hiện thị tất cả hoạt động và life bookmark (dấu ấn trong cuộc sống) được ghi
- 2 Xem thông tin chi tiết về life bookmark (dấu ấn trong cuộc sống)
- 3 Xem thông tin về cách sử dụng ứng dụng
- 4 Xem tất cả hoạt động được ghi từ đầu ngày
- 5 Thêm life bookmark (dấu ấn trong cuộc sống)
- 6 Xem tùy chọn menu
- 7 Ghi hoạt động vật lý
- 8 Xem tất cả hoạt động được ghi cho ngày đã chọn
- 9 Chuyển đổi giữa bảng tổng quan và chế độ xem bản đồ
- 10 Bảng tổng quan về hoạt động

Cách thiết lập tài khoản cho ứng dụng Lifelog

- 1 Từ **Màn hình chính** trên thiết bị Android™, nhấn , rồi tìm và nhấn **Lifelog**.
- 2 Làm theo hướng dẫn hiển thị trên màn hình rồi chấp nhận điều khoản và điều kiện.
- 3 Tạo một tài khoản mới hoặc chọn sử dụng một tài khoản hiện có. Bạn cũng có thể sử dụng tài khoản Sony PlayStation® Network.
- 4 Làm theo hướng dẫn hiển thị trên màn hình để tạo tài khoản Lifelog.



Cách đăng nhập ứng dụng Lifelog

- 1 Từ **Màn hình chính** trên thiết bị Android™, nhấn , rồi tìm và nhấn **Lifelog**.
- 2 Làm theo hướng dẫn hiển thị trên màn hình rồi chấp nhận điều khoản và điều kiện.



Điều chỉnh độ dài sải chân khi chạy bộ và đi bộ

Ứng dụng Lifelog sử dụng số bước của bạn và độ dài sải chân của bạn để tính khoảng cách bạn đã đi bộ hoặc chạy bộ. Độ dài sải chân tự động được sử dụng theo mặc định dựa trên giới tính và chiều cao của bạn. Nếu bạn thấy quãng đường được đo bởi Ứng dụng Lifelog không đủ chính xác, bạn có thể điều chỉnh độ dài sải chân của mình.

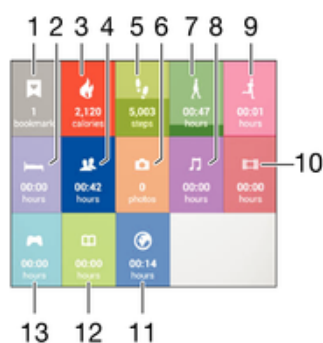
Cách điều chỉnh độ dài sải chân khi đi bộ

- 1 Từ **Màn hình chính** trên thiết bị Android™, nhấn , rồi tìm và nhấn **Lifelog**.
- 2 Nhấn  > **Cài đặt** > **Cấu hình**.
- 3 Tìm và nhấn **Độ dài sải chân**.
- 4 Bỏ chọn hộp kiểm **Tự động** nếu đã chọn, rồi cuộn lên hoặc xuống để điều chỉnh cài đặt và nhấn **Đặt**.

Cách điều chỉnh độ dài sải chân khi chạy bộ

- 1 Từ **Màn hình chính** trên thiết bị Android™, nhấn , rồi tìm và nhấn **Lifelog**.
- 2 Nhấn  > **Cài đặt** > **Cấu hình**.
- 3 Tìm và nhấn **Độ dài bước chạy**.
- 4 Bỏ chọn hộp kiểm **Tự động** nếu đã chọn, rồi cuộn lên hoặc xuống để điều chỉnh cài đặt và nhấn **Đặt**.

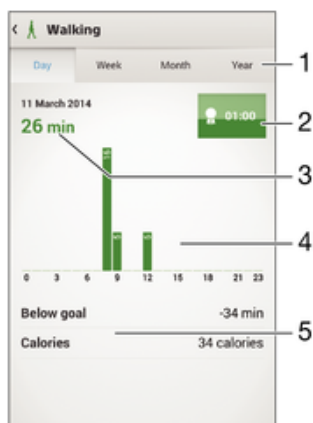
Tổng quan về hộp hoạt động



- 1 Xem tất cả life bookmark (dấu ấn trong cuộc sống) đã được ghi
- 2 Xem số giờ ngủ của bạn và kiểm tra chất lượng giấc ngủ của bạn dựa vào thông tin thu thập được
- 3 Xem lượng calo chủ động bạn đã đốt cháy trong khi tập thể dục và lượng calo thụ động bạn đã đốt cháy trong khi không tập thể dục
- 4 Xem thời gian bạn đã dùng để sử dụng các ứng dụng liên lạc từ Google Play™ và một số ứng dụng khác như ứng dụng Điện thoại và Nhắn tin từ Sony
- 5 Xem số bước của bạn đã được ghi vào ứng dụng Lifelog
- 6 Xem số lượng ảnh bạn đã chụp
- 7 Xem tổng thời gian bạn đã sử dụng để đi bộ đối với những lần đi lâu hơn vài bước
- 8 Xem thời gian bạn sử dụng để nghe nhạc bằng các ứng dụng từ Google Play™ và một số ứng dụng khác như ứng dụng "WALKMAN"
- 9 Xem tổng thời gian bạn đã sử dụng để chạy bộ với tỷ lệ số bước mỗi phút cao đối với lần chạy lâu hơn vài bước
- 10 Xem tổng thời gian bạn đã sử dụng để xem phim, chương trình TV và nội dung video khác bằng các ứng dụng từ Google Play™ và một số ứng dụng khác

- 11 Xem tổng thời gian bạn sử dụng để duyệt web trong khi sử dụng các ứng dụng từ Google Play™ và một số trình duyệt web khác
- 12 Xem tổng thời gian bạn sử dụng để đọc sách hoặc truyện tranh bằng ứng dụng từ Google Play™ và một số ứng dụng khác
- 13 Xem tổng thời gian bạn sử dụng để chơi trò chơi bằng các ứng dụng từ Google Play™ và Cửa hàng PlayStation®

Tổng quan về hoạt động




- 1 Hiển thị dữ liệu trong chế độ xem ngày, tuần, tháng hoặc năm
- 2 Hiển thị trạng thái mục tiêu hiện tại của bạn
- 3 Hiển thị hoạt động hiện tại theo các đơn vị khác nhau
- 4 Hiển thị số lượng hoạt động bằng loại đơn vị được chọn
- 5 Chi tiết về hoạt động của bạn

Đặt mục tiêu

Đặt mục tiêu cho những hoạt động trong cuộc sống thường nhật của bạn, chẳng hạn như số bước cần đi hoặc lượng calo bạn muốn đốt cháy.

Cách đặt mục tiêu

- 1 Trong ứng dụng Lifelog, nhấn vào hoạt động bạn muốn đặt mục tiêu.
- 2 Nhấn **NGAY**, sau đó tìm và nhấn vào .
- 3 Di chuyển lên hoặc xuống để điều chỉnh giá trị cho mục tiêu của bạn rồi nhấn **ĐẶT**.

Ghi nhật ký giấc ngủ bằng SmartBand Talk

SmartBand Talk có thể ghi nhật ký số giờ ngủ của bạn, cũng như trạng thái ngủ nông, ngủ sâu và thời điểm bạn thức giấc trong giờ ngủ nhằm giúp bạn hiểu chất lượng giấc ngủ của mình. Dữ liệu mà SmartBand Talk theo dõi được ghi trong ứng dụng Lifelog.

Cách xem dữ liệu giấc ngủ của bạn

- Trong ứng dụng Lifelog, nhấn **Ngủ** từ bảng tổng quan Hoạt động.

Đồng bộ hóa dữ liệu bằng ứng dụng Lifelog

Khi SmartBand Talk được kết nối với thiết bị Android™, dữ liệu sẽ tự động đồng bộ hóa với ứng dụng Lifelog. Khi kết nối SmartBand Talk từ thiết bị Android™, thiết bị này có thể tiếp tục thu thập thông tin cho tới khi đầy bộ nhớ. Do đó, chúng tôi khuyên bạn đồng bộ hóa dữ liệu giữa hai thiết bị thường xuyên để giải phóng bộ nhớ trên SmartBand Talk.

Thông tin quan trọng

Sử dụng SmartBand Talk trong điều kiện ẩm ướt và bụi

SmartBand Talk chống nước và chống bụi theo xếp hạng Bảo vệ chống xâm nhập (IP) IP65 và IP68, như được giải thích trong bảng bên dưới.

Các xếp hạng IP cụ thể này có nghĩa là SmartBand Talk có thể chống bụi và chịu được dòng nước có áp suất thấp, cũng như được bảo vệ khỏi các tác động khi bị ngâm trong nước ngọt (không có muối) trong 30 phút ở độ sâu tối đa 1,5 mét.

Bạn có thể sử dụng SmartBand Talk:

- trong môi trường bụi, như trên bãi biển lộng gió.
- khi ngón tay ướt.
- trong một số điều kiện thời tiết khắc nghiệt, như khi tuyết rơi hoặc mưa.
- trong nước ngọt (không có muối) ở độ sâu tối đa 1,5 mét, như trong hồ hoặc sông nước ngọt.
- trong bể bơi được xử lý bằng clo.

Bạn nên rửa thiết bị bằng nước ngọt sau khi sử dụng trong nước được xử lý bằng clo.

Sau khi tiếp xúc với nước, hiệu suất âm thanh của thiết bị có thể bị giảm cho tới khi cổng đầu ra âm thanh được làm khô.

Ngay cả khi SmartBand Talk của bạn chống nước và bụi, bạn vẫn nên tránh để thiết bị tiếp xúc với môi trường có quá nhiều bụi bẩn, cát và bùn hoặc môi trường ẩm ướt có nhiệt độ quá cao hoặc quá thấp. Khả năng chống nước của cổng micro USB không thể được bảo đảm trong mọi môi trường hay điều kiện.

Không ngâm SmartBand Talk trong nước muối hoặc để cổng micro USB tiếp xúc với nước muối. Ví dụ như nếu bạn đang ở trên bãi biển, hãy nhớ để SmartBand Talk tránh xa nước biển. Đồng thời, tuyệt đối không để SmartBand Talk tiếp xúc với chất hóa học dạng lỏng. Chẳng hạn như nếu bạn đang rửa bát đĩa bằng tay có sử dụng chất tẩy rửa, hãy tránh để SmartBand Talk tiếp xúc với chất tẩy rửa đó. Sau khi tiếp xúc với nước không phải là nước ngọt, hãy rửa SmartBand Talk bằng nước ngọt.

Ăn mòn và trầy xước thông thường cùng với các hư hại đối với SmartBand Talk của bạn có thể làm giảm khả năng chống bụi hay chống ẩm. Sau khi sử dụng SmartBand Talk trong nước, hãy làm khô các vùng xung quanh cổng micro USB.

Tất cả các phụ kiện tương thích, bao gồm pin, bộ sạc và cáp micro USB, đều không có khả năng chống bụi và chống nước.

Phạm vi bảo hành không bao gồm những hư hại hoặc lỗi do lạm dụng hoặc sử dụng SmartBand Talk không đúng cách (bao gồm việc sử dụng trong môi trường vượt quá giới hạn xếp hạng IP phù hợp). Nếu bạn có bất cứ thắc mắc nào khác về việc sử dụng phụ kiện, hãy liên hệ với dịch vụ Hỗ trợ khách hàng của chúng tôi để được trợ giúp. Để xem thêm các thông tin cụ thể về khả năng chịu nước, hãy truy cập support.sonymobile.com.

Xếp hạng Bảo vệ chống xâm nhập

SmartBand Talk của bạn có một xếp hạng IP, có nghĩa là sản phẩm này đã trải qua các cuộc kiểm tra được chứng nhận để đo lường tính chống bụi và nước. Chữ số đầu tiên trong xếp hạng IP hai chữ số cho biết cấp độ bảo vệ trước vật thể rắn, bao gồm cả bụi. Chữ số thứ hai cho biết mức chống nước của thiết bị.

Mức chống vật thể rắn và bụi	Mức chống nước
IP0X: Không có bảo vệ đặc biệt	IPX0. Không có bảo vệ đặc biệt
IP1X. Được bảo vệ chống vật thể rắn có đường kính > 50 mm	IPX1. Được bảo vệ chống nước chảy nhỏ giọt
IP2X. Được bảo vệ chống vật thể rắn có đường kính > 12,5 mm	IPX2. Được bảo vệ chống nước chảy nhỏ giọt khi nghiêng 15 độ so với vị trí thông thường

IP3X. Được bảo vệ chống vật thể rắn có đường kính > 2,5 mm	IPX3. Được bảo vệ chống bụi nước
IP4X. Được bảo vệ chống vật thể rắn có đường kính > 1 mm	IPX4. Được bảo vệ chống nước bắn
IP5X. Được bảo vệ chống bụi; hạn chế xâm nhập (không có vật lỏng đọng có hại)	IPX5. Bảo vệ chống bụi nước phun trong ít nhất 3 phút
IP6X. Kín bụi	IPX6. Bảo vệ chống bụi nước phun dày trong ít nhất 3 phút
	IPX7. Được bảo vệ khỏi những ảnh hưởng khi ngâm trong nước ở độ sâu lên tới 1 mét trong vòng 30 phút
	IPX8. Được bảo vệ khỏi những ảnh hưởng khi ngâm liên tục trong nước ở độ sâu hơn 1 mét. Các điều kiện chính xác được chỉ định trong mỗi thiết bị của nhà sản xuất.

Thông tin pháp lý

Sony SWR30



Trước khi sử dụng, vui lòng đọc tờ *Thông tin quan trọng* được cung cấp riêng.

Hướng dẫn sử dụng này là do Sony Mobile Communications Inc. hoặc công ty chi nhánh tại địa phương của hãng xuất bản mà không có bất kỳ bảo đảm nào. Những sửa đổi đối với Hướng dẫn sử dụng này do lỗi in ấn, thông tin hiện tại không chính xác hoặc do những cải tiến về chương trình và/hoặc thiết bị, có thể được Sony Mobile Communications Inc. thực hiện bất cứ lúc nào mà không cần thông báo. Tuy nhiên, những sửa đổi như vậy sẽ được đưa vào các phiên bản mới của Hướng dẫn sử dụng này.

Mọi quyền được bảo lưu.

© 2015 Sony Mobile Communications Inc.

Tính tương hoạt và tương thích giữa các thiết bị Bluetooth® là khác nhau. Nói chung, thiết bị hỗ trợ các sản phẩm sử dụng Bluetooth spec. 1.2 trở lên và cấu hình Tai nghe hoặc Thiết bị rảnh tay.

Sony là nhãn hiệu hoặc nhãn hiệu đã đăng ký của Sony Corporation. Bluetooth là nhãn hiệu của Bluetooth (SIG) Inc. và được sử dụng theo giấy phép. Tất cả các nhãn hiệu khác là tài sản của các chủ sở hữu tương ứng. Mọi quyền được bảo lưu.

Tất cả tên sản phẩm và tên công ty được đề cập trong tài liệu này là nhãn hiệu hoặc nhãn hiệu đã đăng ký của các chủ sở hữu tương ứng. Bất kỳ quyền nào không được cho phép rõ ràng trong tài liệu này đều được bảo lưu. Mọi nhãn hiệu khác đều là tài sản của các chủ sở hữu tương ứng.

Truy cập www.sonymobile.com để biết thêm thông tin.

Tất cả hình minh họa chỉ mang tính minh họa và có thể không mô tả chính xác phụ kiện thực tế.

Declaration of Conformity

We, **Sony Mobile Communications AB** of

Nya Vattentorget

SE-221 88 Lund, Sweden

declare under our sole responsibility that our product

Sony type RD-0140

and in combination with our accessories, to which this declaration relates is in conformity with the appropriate standards **EN 300 328:V1.8.1, EN 301 489-17:V2.2.1, EN 301 489-3:V1.6.1 and EN 60 950-1:2006 +A11:2009 +A1:2010+A12:2011+A12:2011** following the provisions of, Radio Equipment and Telecommunication Terminal Equipment directive **1999/5/EC**.

Lund, July 2014

CE 0682



Pär Thuresson,
Quality Officer, SVP, Quality & Customer Services

FCC Statement

This device complies with Part 15 of the FCC rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) This device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Any change or modification not expressly approved by Sony may void the user's authority to operate the equipment.

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

AVISO IMPORTANTE PARA MÉXICO

La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones: (1) es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y (2) este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada.

Para consultar la información relacionada al número del certificado, refiérase a la etiqueta del empaque y/o del producto.

Alimentación: 5,0 Vcc

Industry Canada Statement

This device complies with RSS-210 of Industry Canada.

Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause interference, and (2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

Avis d'industrie Canada

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence.

L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes: (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage, et, (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

Cet appareil numérique de la classe B est conforme à la norme NMB-003 du Canada.

Les dispositifs fonctionnant dans la bande 5150-5250 MHz sont réservés uniquement pour une utilisation à l'intérieur afin de réduire les risques de brouillage préjudiciable aux systèmes de satellites mobiles utilisant les mêmes canaux. Le gain maximal d'antenne permis pour les dispositifs utilisant les bandes 5250-5350 MHz et 5470-5725 MHz doit se conformer à la limite de p.i.r.e. Le gain maximal d'antenne permis (pour les dispositifs

utilisant la bande 5725-5825 MHz) doit se conformer à la limite de p.i.r.e. spécifiée pour l'exploitation point à point et non point à point, selon le cas. De plus, les utilisateurs devraient aussi être avisés que les utilisateurs de radars de haute puissance sont désignés utilisateurs principaux (c.-à-d., qu'ils ont la priorité) pour les bandes 5 250-5 350 MHz et 5 650-5 850 MHz et que ces radars pourraient causer du brouillage et/ou des dommages aux dispositifs LAN-EL.