

SAMSUNG

מדריך למשתמש

SM-L320
SM-L325F
SM-L330
SM-L335F
SM-L500
SM-L505F

תוכן העניינים

תחילת העבודה	
6 אודות Galaxy/Galaxy Watch8 Classic	
7 פריסת מכשיר ויישומים	
7 שעון יד	
12 מטען אלחוטי	
13 טעינת הסוללה	
13 טעינה אלחוטית	
14 עצות והוראות בטיחות לטעינת סוללה	
15 שימוש במצב חיסכון באנרגיה	
16 ענידת שעון היד	
16 חיבור והסרה של הרצועה	
18 הנחת שעון היד	
19 עצות והוראות בטיחות בנוגע לרצועה	
20 איך לענוד את שעון היד למדידות מדויקות	
22 הפעלה וכיבוי של שעון היד	
23 חיבור שעון יד לטלפון	
23 התקנת היישום Galaxy Wearable	
23 חיבור שעון יד לטלפון באמצעות Bluetooth	
25 חיבור מרוחק	
25 שימוש ברשתות	
26 הוספת חשבונות לשעון יד	
27 שליטה במסך	
27 חוגה	
28 מסך	
29 הרכב המסך	
30 הפעלה וכיבוי של המסך	
31 החלפת מסך	
31 מסך היישומים	
33 נעילת מסך	
34 שעון יד	
34 מסך שעון היד	
34 שינוי סגנון השעון	
36 הפעלת התכונה Always On Display	
36 הפעלה של מצב שעון יד בלבד	
36 שימוש בתכונת הסרגל המהיר	
37 התראות	
37 לוח התראות	
37 בדיקת התראות נכנסות	
38 בחירת יישומים לקבלת התראות	
38 חלונת מהירה	
41 הזנת טקסט	
41 פריסת מקלדת	
43 פונקציות מקלדת נוספות	

יישומים ותכונות

44 התקנה וניהול של יישומים

- 44 חנות Play
- 44 ניהול יישומים

45 טלפון

- 45 מבוא
- 45 ביצוע שיחות
- 47 אפשרויות בזמן שיחה
- 47 קבלת שיחות

48 אנשי קשר

49 Samsung Wallet

- 49 מבוא
- 49 התקנת Samsung Wallet
- 49 שימוש ב-Samsung Pay
- 50 שימוש בכרטיסים

51 Samsung Health

- 51 מבוא
- 52 ציון אנרגיה
- 52 פעילות יומית
- 54 צעדים
- 55 אימון כושר
- 62 אימונים השבוע
- 63 מאמן ריצה
- 64 שינה
- 66 תרופות
- 67 מזון
- 68 הרכב הגוף
- 71 קשיבות
- 72 מעקב מחזור
- 74 דופק לב
- 76 לחץ
- 77 רמת החמצן בדם
- 80 מים

- 81 אינדקס AGEs
- 83 עומס וסקולרי
- 84 אינדקס נוגדי חמצון
- 85 יחד
- 85 הגדרות

86 Samsung Health Monitor

- 86 מבוא
- 87 אמצעי זהירות למדידת נתונים ביומטריים
- 92 תחילת המדידה של לחץ הדם
- 94 תחילת מדידת הא.ק.ג.
- 97 תחילת שימוש בתכונת דום נשימה בשינה

98 GPS

99 מוסיקה

- 99 מבוא
- 99 שימוש במוזיקה
- 99 ניהול קובצי שמע השמורים בשעון היד

100 בקר המדיה

- 100 מבוא
- 101 שליטה בנגן המוזיקה
- 101 שליטה בנגן הווידאו

102 Reminder

102 לוח שנה

103 Bixby

103 מזג אוויר

104 התראה

104 שעון עולמי

105 טיימר

105 שעון עצר

106 גלריה	126 לחצנים ומחוות
106 מבוא	127 Health
106 ניהול תמונות השמורות בשעון היד	127 אבטחה ופרטיות
107 שימוש בגלריה	128 מיקום
107 הצגת תמונות	128 בטיחות וחירום
108 התאמה אישית של סגנון שעון	128 חשבונות וגיבוי
108 מחיקת תמונות	129 Google
109 Samsung Find	129 תכונות מתקדמות
110 שליחת הודעת SOS	130 תחזוקת המכשיר
110 מבוא	130 יישומים
110 הגדרה מראש של קריאת SOS	131 כללי
111 קריאת SOS	131 נגישות
112 קריאת SOS אם נפגעת מנפילה	132 עדכון תוכנה
113 עצור שיתוף של פרטי המיקום	132 אודות השעון

היישום Galaxy Wearable

113 רשמקול	133 מבוא
114 מחשבון	135 סגנונות שעון
115 Compass	136 מסך היישומים
115 Buds בקר	137 כרטיסי מידע
116 בקר המצלמה	137 חלונית מהירה
117 Samsung Global Goals	138 הגדרות שעון
117 SmartThings	138 מבוא
117 יישומי Google	138 Samsung Account
118 הגדרות	138 מצבים ושגרות
118 מבוא	138 צלילים ורטט
118 Samsung Account	139 התראות
118 חיבורים	139 תצוגה
122 מצבים ושגרות	139 סוללה
124 צלילים ורטט	139 לחצנים ומחוות
124 התראות	139 Health
125 תצוגה	140 Wallet
125 סוללה	140 בטיחות וחירום
	140 חשבונות וגיבוי

תכונות מתקדמות	141
תחזוקת המכשיר	141
יישומים	141
ניהול תוכן	142
חבילות סלולריות (דגמים עם רשת סלולרית)	143
כללי	143
נגישות	143
עדכון לתוכנת השעון	143
אודות השעון	143
מצא את השעון שלי	144
חנות	145

הודעות שימוש

אמצעי זהירות לשימוש במכשיר	146
הערות על תוכן החבילה ואביזרים	148
שמירה על עמידות המכשיר בפני מים ואבק	149
אמצעי זהירות בפני התחממות יתר	150
ניקוי וניהול שעון היד	151
יש להיזהר אם יש לך אלרגיה לחומר הקיים בשעון היד	152

נספח

פתרון בעיות	153
-------------	-----

תחילת העבודה

אודות Galaxy Watch8 Classic/Galaxy Watch8

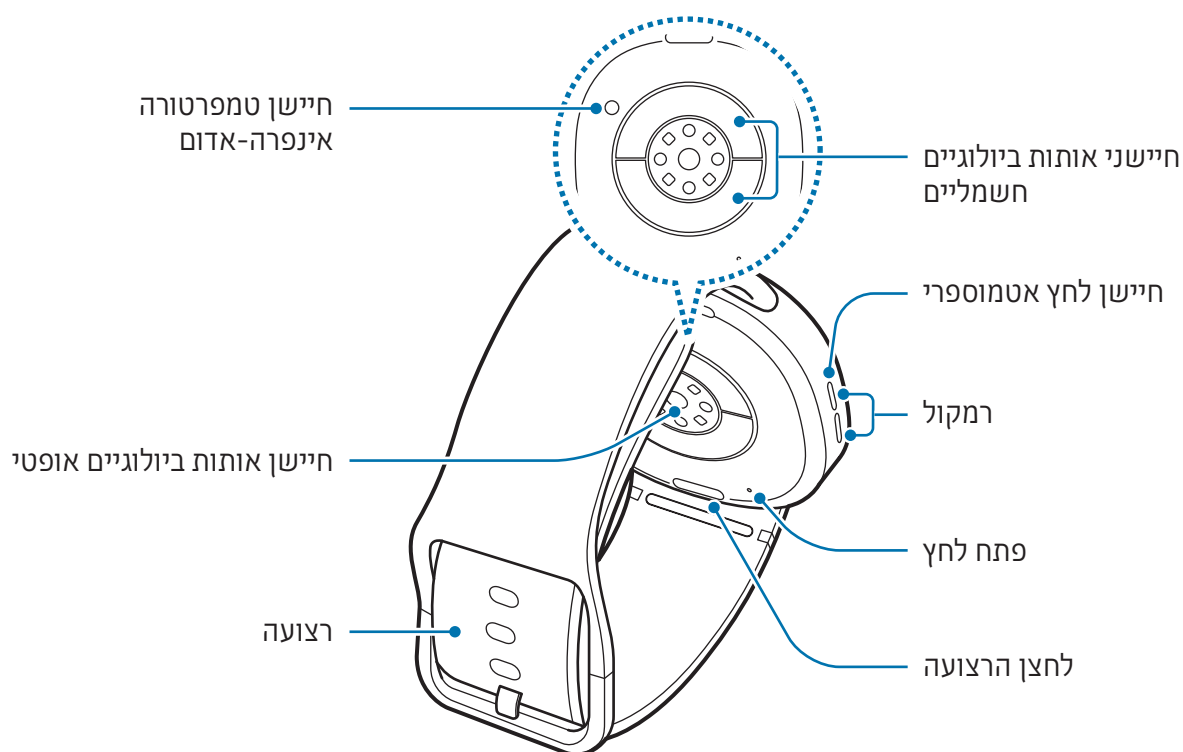
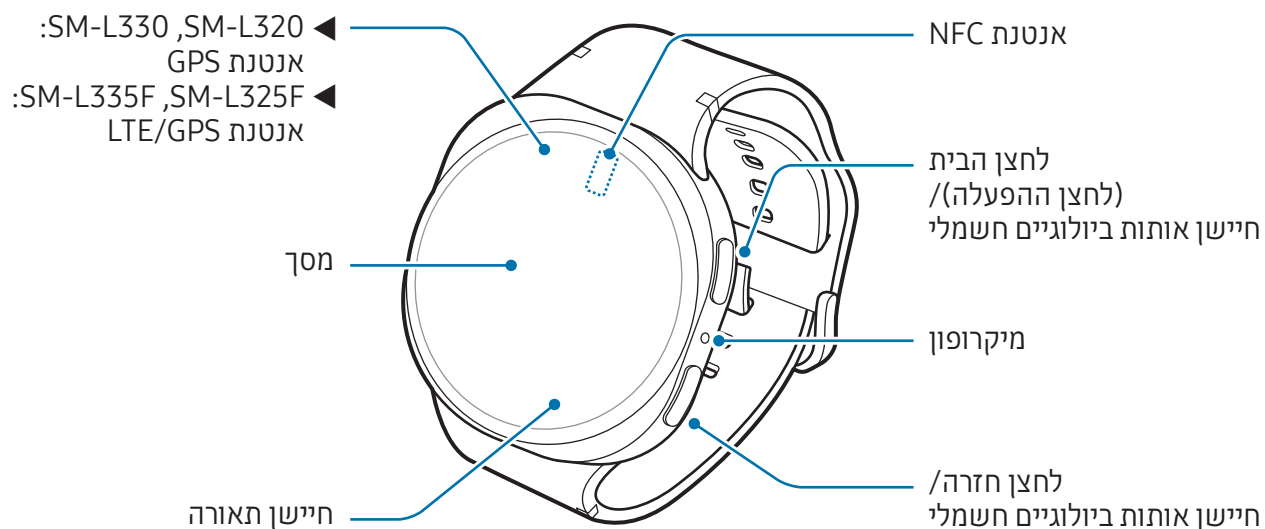
שעון Galaxy Watch8 Classic/Galaxy Watch8 (להלן "שעון היד") הוא שעון חכם שמסוגל לנתח את דפוסי האימון שלך, לנהל את בריאותך ולספק לך מגוון יישומים נוחים לשיחות טלפון ולהשמעת מוזיקה. אפשר לעיין בתכונות השונות באמצעות החוגה או להפעיל אותן בהקשה על המסך, ואפשר גם להחליף את סגנון שעון היד בהתאם לטעמך האישי.

אפשר להשתמש בשעון היד לאחר חיבורו לטלפון שלך.

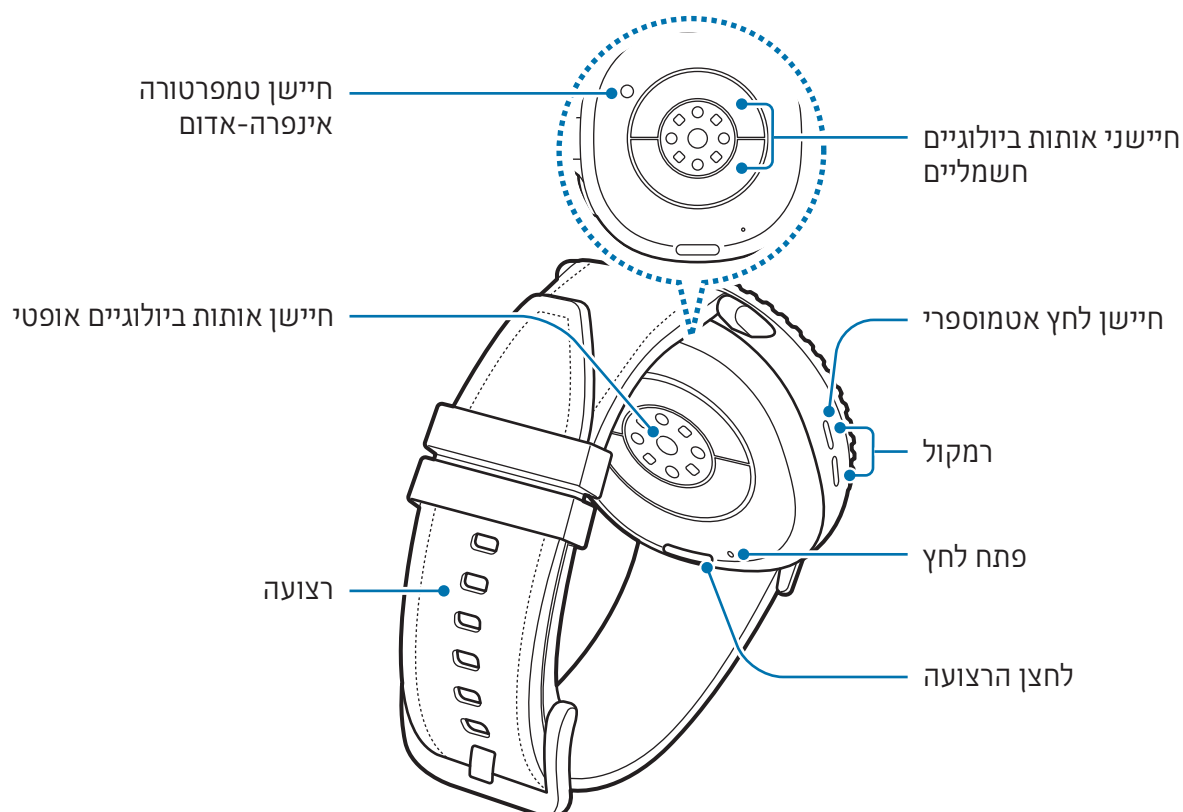
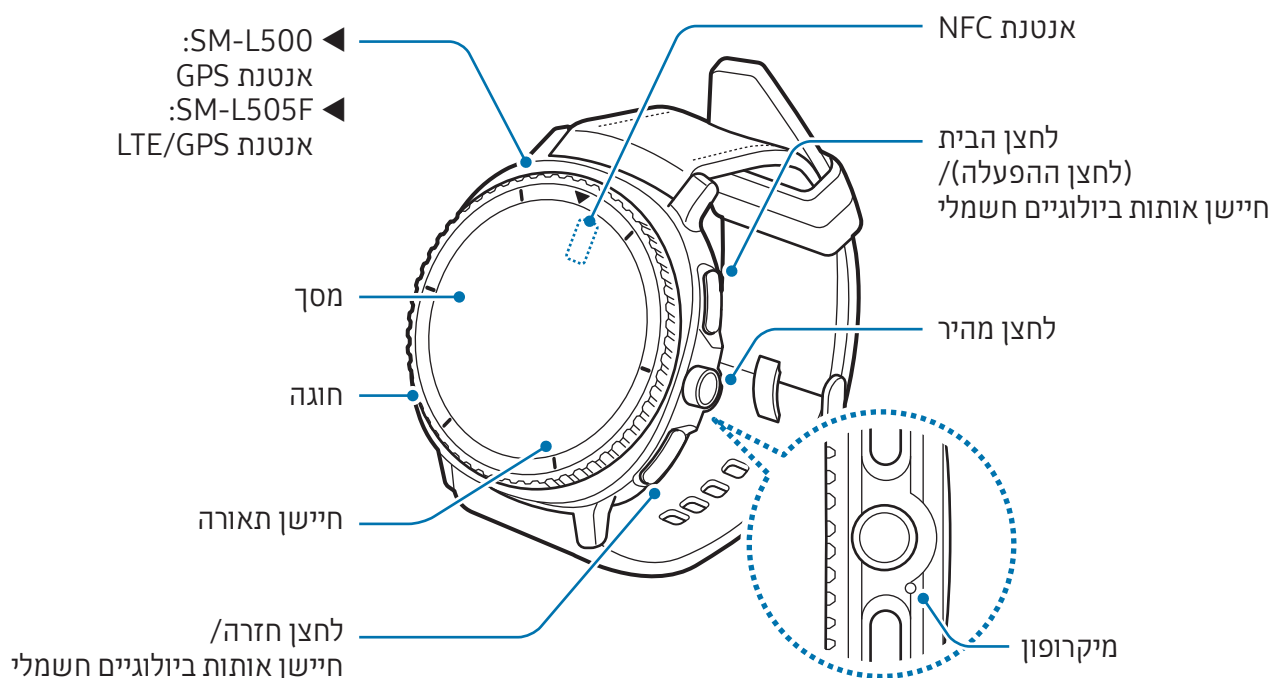
פריסת מכשיר ויישומים

שעון יד

Galaxy Watch8 ◀



:Galaxy Watch8 Classic ◀



- השתמש במכשיר במקום ללא הפרעה מגנטית כך שהמכשיר יוכל לפעול בצורה רגילה.
- המכשיר ואביזרים מסוימים (הנמכרים בנפרד) מכילים מגנטים. הרחק את המכשיר מכרטיסי אשראי, שתלי מכשירים רפואיים ומכשירים אחרים העשויים להיות מושפעים ממגנטים. במקרה של מכשירים רפואיים, הרחק את המכשיר ליותר מ-15 ס"מ. הפסק להשתמש במכשיר שלך אם עולה חשש להפרעה כלשהי במכשיר הרפואי והיוועץ עם רופא או יצרן המכשיר הרפואי שלך.
- אם יש לך התקן לב מושתל, אין לשים את המכשיר בכיס שקרוב להתקן המושתל, למשל על החזה או בכיס פנימי של ז'קט.
- שמור על מרחק בטוח בין חפצים אשר מושפעים ממגנטים לבין המכשיר שלך ואביזרים מסוימים (הנמכרים בנפרד) שמכילים מגנטים. חפצים כגון כרטיסי אשראי, ארנקים דיגיטליים, כרטיסי גישה, כרטיסי עלייה למטוס או כרטיסי חניה עלולים להינזק או להיות מושבתים מהמגנטים במכשיר.
- בעת שימוש ברמקולים, כגון הפעלת קובצי מדיה, אין לקרב את שעון היד לאוזניים.
- ודא כי הרצועה נקייה. מגע עם חומרים מזהמים, כגון אבק וצבע, עלולים לגרום לכתמים שאינם יורדים מהרצועה.
- אין להכניס חפצים חדים לחורים החיצוניים של שעון היד. הרכיבים הפנימיים עלולים להינזק יחד עם תכונת העמידות למים.
- אם אתה משתמש בשעון יד שהזכוכית או הגוף האקרילי שלו שבור, ייתכן סיכון לפציעה. השתמש בשעון היד רק לאחר שתוקן במרכז שירות של Samsung או מרכז שירות מורשה.
- במקרה של חדירת אבק או עצמים זרים למיקרופון או לרמקול, שעון היד עשוי להפיק צליל חלש, וייתכן שתכונות מסוימות לא יפעלו. ניסיון לסלק את האבק או העצמים הזרים באמצעות חפץ חד עלול לפגוע בשעון היד ובמראה שלו.



- במצבים הבאים עלולות להיווצר בעיות קישוריות וריקון סוללה:
 - במקרה של הדבקת מדבקות מתכתיות באזור האנטנה של שעון היד
 - אם הינך משתמש ברצועת מתכת
 - במקרה של כיסוי אזור אנטנת שעון היד בידוך או בעצמים אחרים במהלך השימוש בתכונות מסוימות, כגון שיחות או חיבור נתונים לנייד
- אם פתח הלחץ מכוסה באביזר כלשהו, כגון מדבקה, עלולים להיגרם רעשים לא רצויים במהלך שיחות או ניגון מדיה.
- אין לכסות את אזור חיישן התאורה עם אביזרים, כגון מדבקות או כיסוי. הדבר עלול לפגום בפעולת החיישן.
- ודא שהמיקרופון של שעון היד לא חסום כשאתה מדבר לתוכו.
- פתח הלחץ שומר על התפקוד התקין בחלקים הפנימיים והחיישנים של שעון היד, במהלך השימוש בשעון היד בסביבה שבה יש שינויים בלחץ האטמוספירה.
- התמונות המופיעות במדריך זה הן תמונות של Galaxy Watch8 Classic.

לחצנים

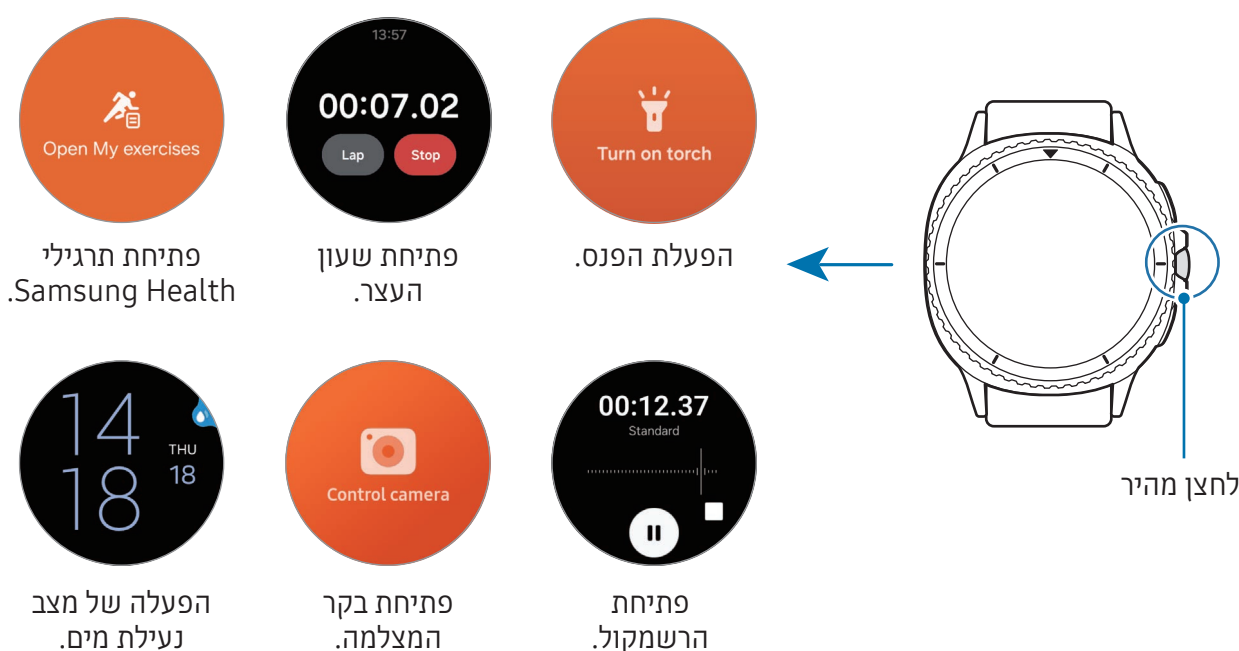
לחצן	יישום
לחצן הבית	• כאשר שעון היד כבוי, לחץ והחזק כדי להפעיל אותו. • כשהמסך כבוי, לחץ כדי להפעיל את המסך. • לחץ פעמיים או לחץ והחזק כדי לפתוח את היישום או התכונה שאתה מגדיר. • בכל מסך, לחץ כדי לפתוח את מסך שעון היד.
לחצן חזרה	• כשהמסך כבוי, לחץ כדי להפעיל את המסך. • לחץ כדי להפעיל את התכונה שהגדרת.
לחצן הבית + לחצן חזרה	• לחץ בו-זמנית כדי לצלם תמונת מסך. • לחץ והחזק בו-זמנית כדי לכבות את שעון היד.

הגדרת לחצן הבית או לחצן חזרה

בחר את היישום או התכונה להפעלה באמצעות לחיצה על לחצן הבית או לחצן חזרה. במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **לחצנים ומחוות**, ולאחר מכן בחר באפשרות הרצויה תחת **לחצן הבית או לחצן 'חזרה'**.

הגדרת הלחצן המהיר ושימוש בו (Galaxy Watch8 Classic)

הלחצן המהיר הוא לחצן מעוגל שנמצא בין לחצן הבית ולחצן החזרה, שעליו אפשר ללחוץ כדי להפעיל מידית את התכונות הדרושות עבור הפעילות הגופנית שלך בחוץ.



1 במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **לחצנים ומחוות**.

2 בחר בפעולה הרצויה תחת **לחצן מהיר**.

- **פעולה:** הגדר את הלחצן המהיר כך, שיפעיל את התרגיל או התכונה. הפעולה שתבחר קובעת מה יקרה בלחיצה על הלחצן המהיר. אם אתה לא רוצה שלחיצה על הלחצן המהיר תפעיל שום תכונה, בחר באפשרות **ללא**.
- **תרגילים:** ניתן להגדיר את פתיחת הרשימה של התרגילים או התחלת אימון. במהלך אימון, ניתן להשהות או לעצור את התרגיל וניתן לבצע פעולות מפורטות עבור כל תרגיל באמצעות לחיצה על הלחצן המהיר.
- **תכונות:** ניתן להגדיר פתיחה של שעון עצר או הדלקה של הפנס או מצב נעילת מים.

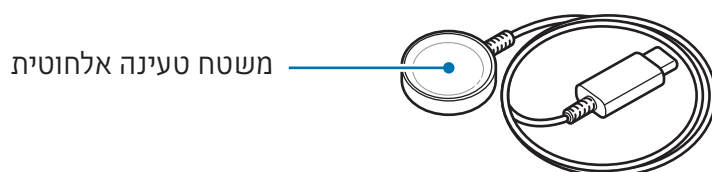
- **התחל את הפעולה בעזרת:** ניתן להגדיר את הלחצן המהיר כך שיפתח אימון או תכונה שהגדרת בלחיצה עליו פעם או פעמיים.

- אם יש לעיתים קרובות לחיצה לא-מכוונת על הלחצנים, עקב העובי של הבגדים, הכפפות או האופן שבו שעון היד מונח, נסה אחת מהשיטות הבאות:



- עיין ב **איך לענוד את שעון היד למדידות מדויקות**, ונסה לענוד שוב את שעון היד.
- ענוד את השעון יד כך שהלחצנים יפנו בכיוון הנגדי. אם המסך מופיע במהופך, במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **כללי** ← **כיוון**, והגדר את מיקום הלחצנים בהתאם לכיוון בפועל, תחת **מיקום הלחצן**.

מטען אלחוטי



- אין לחשוף את המטען האלחוטי למים, מכיוון שדרגת החסינות שלו למים לא זהה לזו של שעון היד.



טעינת הסוללה

טען את הסוללה לפני שימוש השימוש הראשון בשעון היד, או לאחר פרק זמן ממושך ללא שימוש.

טעינה אלחוטית

- 1 חבר את המטען האלחוטי למתאם מתח USB.
- 2 הנח את שעון היד במטען האלחוטי, כשמרכז הצד האחורי של שעון היד נמצא במרכז המטען האלחוטי. ייתכן שטעינה אלחוטית לא תפעל בצורה חלקה, בהתאם לסוג האביזר או הכיסוי. מומלץ להפריד בין הכיסוי או האביזר משעון היד, לטעינה אלחוטית יציבה.
- 3 לאחר טעינה מלאה, נתק את שעון היד מהמטען האלחוטי.

בדיקת מצב הטעינה

במהלך טעינה אלחוטית, אפשר לבדוק את מצב הטעינה מהמסך. במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות  ← **תצוגה** והקש על המתג **הצג פרטי טעינה** כדי להפעילו.

שעון היד יידלק אוטומטית עם התחלת הטעינה אם הוא כבוי, וכאשר הסוללה טעונה עד לרמה של יותר מ-10%. כדי לטעון את שעון היד ולהשאירו כבוי, במסך היישומים הקש על סמל ההגדרות  ← **סוללה**, והקש על המתג **הפעלה אוטו' מופעלת** כדי לכבות אותו. בעת טעינת שעון היד כשהוא כבוי, ניתן לבדוק את מצב הטעינה על המסך באמצעות לחיצה על לחצן כלשהו. 

עצות והוראות בטיחות לטעינת סוללה

- השתמש אך ורק במטען וכבל המאושרים על-ידי Samsung ושתוכננו במיוחד לשעון היד שברשותך. מטען וכבל שאינם תואמים עלולים לגרום לפציעות קשות או לגרום נזק למכשיר. 
- חיבור שגוי של המטען עלול לגרום נזק חמור למכשיר. כל נזק שייגרם עקב שימוש שגוי אינו מכוסה במסגרת האחריות. 
- השתמש אך ורק במטען האלחוטי המסופק עם שעון היד. לא ניתן לטעון את שעון היד כראוי באמצעות מטען אלחוטי של צד שלישי.
- טעינה של השעון יד כאשר המטען האלחוטי רטוב עלולה להזיק למכשיר. יש לייבש היטב את המטען האלחוטי לפני טעינת שעון היד.
- כדי לחסוך בצריכת חשמל, נתק את המטען כאשר הוא אינו בשימוש. אין מתג כיבוי/הדלקה במטען, לכן עליך לנתק את המטען משקע החשמל כאשר הוא אינו בשימוש כדי למנוע בזבז בציכת חשמל. במהלך הטעינה, יש להשאיר את המטען בקרבת שקע החשמל, במקום נוח לגישה. 
- Galaxy Watch8 Classic ו-Galaxy Watch8 לא תומכים בתכונה של שיתוף חשמל אלחוטי. לשעון היד יש סליל טעינה אלחוטית מובנה. ניתן לטעון את הסוללה באמצעות משטח טעינה אלחוטית. עם זאת, שעון היד אינו ניתן לטעינה באמצעות משטחי טעינה אלחוטית מסוימים כאשר הרצועה מחוברת, וזאת בגלל המבנה של רצועות מסוימות. כדי לטעון את השעון באמצעות משטח הטעינה האלחוטית, תחילה יש להסיר את הרצועה משעון היד. כמו-כן, משטחי הטעינה האלחוטית נמכרים בנפרד. לקבלת מידע נוסף אודות משטחי טעינה אלחוטית זמינים, בקר באתר האינטרנט של Samsung.
- בעת שימוש במטען, מומלץ להשתמש במטען מאושר אשר מבטיח את ביצועי ההטעינה.
- אם יש מחסומים בין שעון היד למטען האלחוטי, ייתכן שהוא לא ייטען היטב. לפני הטעינה, בדוק אם יש עליהם זיעה, נוזלים או אבק.
- כשהסוללה ריקה לחלוטין, לא ניתן להפעיל את שעון היד מיד לאחר חיבור המטען האלחוטי. יש לאפשר לסוללה פרוקה להיטען במשך מספר דקות לפני ההפעלה.
- אם אתה משתמש ביישומים מרובים בו-זמנית, ביישומי רשת או ביישומים שלהם דרוש חיבור למכשיר אחר, הסוללה תתרוקן במהירות. על מנת למנוע אובדן של מתח סוללה במהלך העברת נתונים, יש להשתמש ביישומים אלה רק לאחר טעינת הסוללה במלואה.



- בחיבור של מטען אלחוטי אל מקור חשמל אחר, כגון מחשב או מרכזת הטענה מרובה, שעון היד עלול לא להיטען כראוי או שעשוי להיטען לאט יותר עקב זרם חשמלי נמוך יותר.
- ניתן להשתמש בשעון היד במהלך טעינתו, אך ייתכן שטעינת הסוללה תימשך זמן רב יותר.
- אם לשעון היד אין מקור חשמל יציב במהלך השימוש והטעינה במקביל, ייתכן שמסך המגע לא יגיב. במקרה כזה, נתק את שעון היד מהמטען האלחוטי.
- בעת הטעינה, שעון היד עשוי להתחמם. זוהי תופעה תקינה, שלא משפיעה על אורך חיי שעון היד או על ביצועיו. לפני ענידת שעון היד, אפשר לו להתקרר למשך זמן לפני שימוש. אם הסוללה מתחממת יתר על המידה, ייתכן שהמטען יפסיק את פעולתו.
- אם שעון היד לא נטען כהלכה, יש לקחת את השעון יד והמטען האלחוטי למרכז שירות של Samsung או למרכז שירות מורשה.
- הימנע משימוש בכבל מטען אלחוטי מכופף או פגום. אם כבל המטען אלחוטי פגום, הפסק להשתמש בו.

שימוש במצב חיסכון באנרגיה

הפעל את מצב חיסכון בסוללה כדי להאריך את זמן השימוש בסוללה.

- פתח את החלונית המהירה על-ידי גרירת המסך כלפי מטה מהקצה העליון, והקש על סמל חיסכון באנרגיה (🔋) כדי להפעיל את התכונה. לחלופין, במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **סוללה** והקש על מתג **חיסכון בחשמל** כדי להדליק אותו.

מצב חיסכון באנרגיה יופעל ותכונות מסוימות עשויות להיות מוגבלות.



- אם עוצמת הסוללה יורדת מתחת לרמה מסוימת, יופיע מסך חיסכון באנרגיה. הקש על **הפעל** להפעלת מצב חיסכון באנרגיה. במקרה זה, מצב חיסכון באנרגיה ייכבה אוטומטית כאשר סוללת שעון היד תיטען לרמה של יותר מ-15%. מצד שני, אם תפעיל את מצב חיסכון באנרגיה מתפריט הגדרות או מחלונית מהירה, מצב חיסכון באנרגיה לא ייכבה אוטומטית, גם אם סוללת שעון היד תיטען לרמה של יותר מ-15%.

ענידת שעון היד

חיבור והסרה של הרצועה

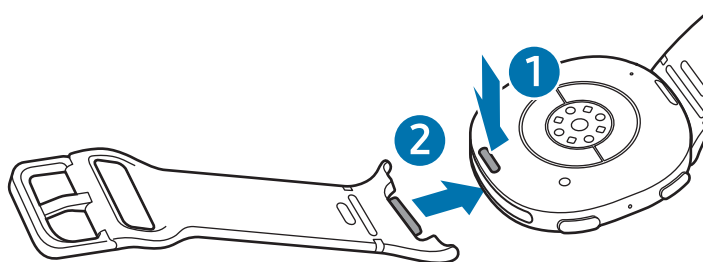
חבר את הרצועה לפני השימוש בשעון היד. ניתן לנתק את הרצועה משעון היד ולהחליפה בחדשה.

שים לב לא לפגוע בציפורן בעת חיבור או הסרה של הרצועות. 

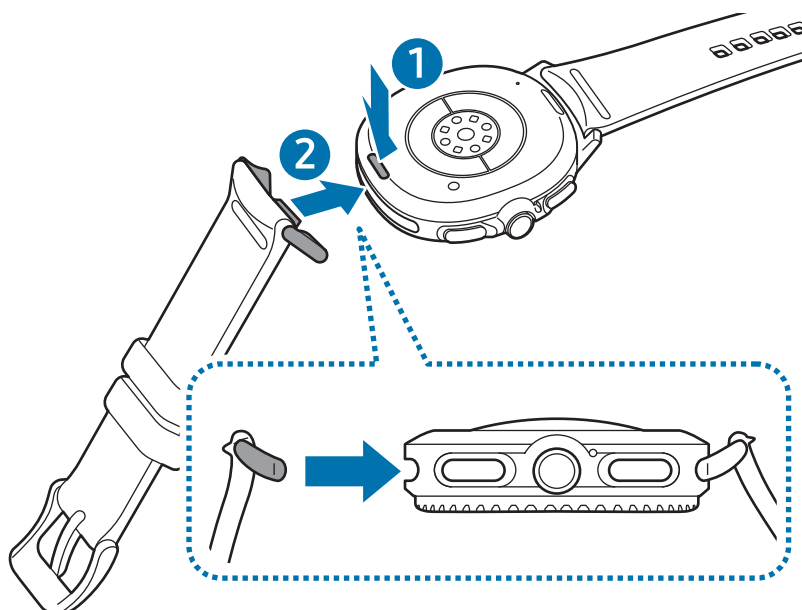
- הרצועה המסופקת עשויה להשתנות בהתאם לאזור או לדגם. 
- גודל הרצועה המסופקת עשוי להשתנות בהתאם לדגם. השתמש ברצועה המתאימה לגודל הדגם.

חיבור הרצועה

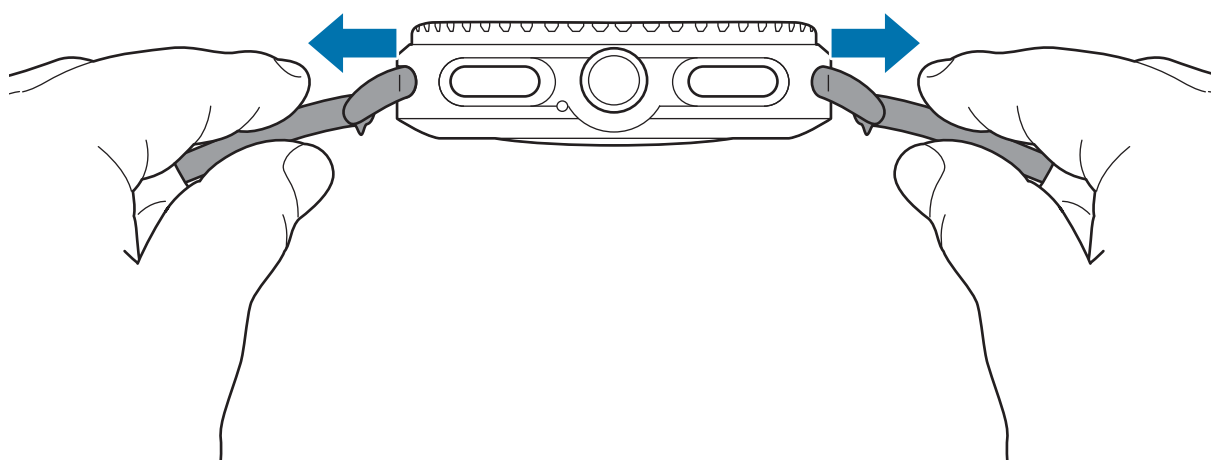
1 ◀ **Galaxy Watch8**: מקם את גב שעון היד ואת החלק הפנימי של הרצועה כשהם פונים כלפי מעלה. התאם את הרצועה לשעון היד כך שהם יהיו מיושרים זה מול זה, ואז חבר את הרצועה לשעון היד תוך לחיצה על לחצן הרצועה.



◀ **Galaxy Watch8 Classic**: מקם את גב שעון היד ואת החלק הפנימי של הרצועה כשהם פונים כלפי מעלה. התאם את הרצועה לשעון היד כך שהם יהיו מיושרים זה מול זה, ואז חבר את הרצועה לשעון היד תוך לחיצה על לחצן הרצועה.

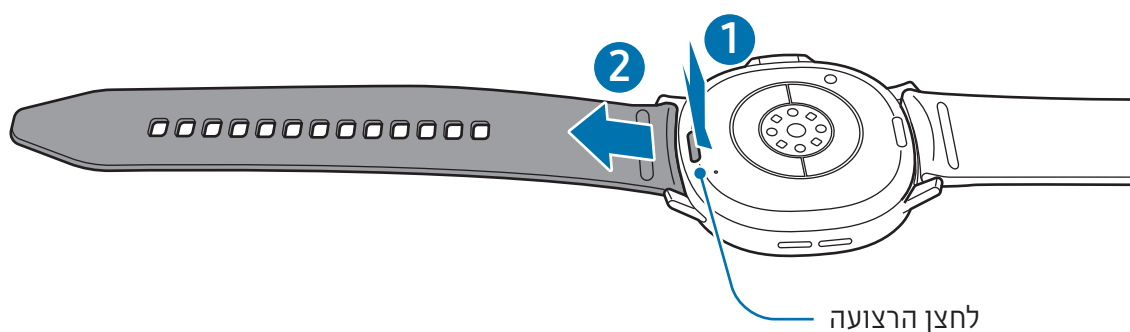


2 משוך בעדינות את שני צידי הרצועה, כדי לוודא שהיא מחוברת היטב ולא מנותקת משעון היד.



הסרת הרצועה

הסר את הרצועה תוך כדי לחיצה על לחצן הרצועה.



הנחת שעון היד

ענוד את שעון היד מסביב לפרק כף היד. התאם את הרצועה לפרק כף היד, הכנס את הפין לפתח הכוונון ולאחר מכן קבע את האבזם לסגירה. אם הרצועה צמודה מדי, השתמש בחור הבא.

אין לקפל את הרצועה יתר על המידה. הדבר עלול להזיק לשעון היד. 

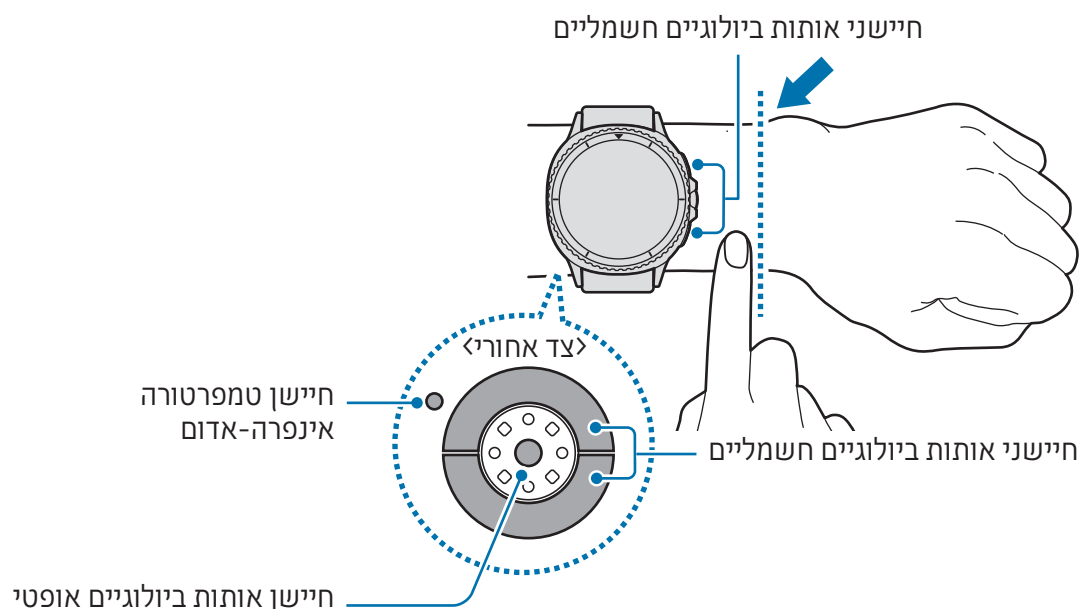
- למדידה מדויקת יותר של הדופק, הקפד לענוד את שעון היד צמוד לחלקה התחתון של הזרוע, מעל לפרק כף היד. ראה **איך לענוד את שעון היד למדידות מדויקות** למידע נוסף. 
- כאשר חומרים מסוימים באים במגע עם צדו האחורי של שעון היד, שעון היד עשוי לחשוב שאתה עונד אותו על פרק כף היד בהתאם לסוג החומר.
- בהיעדר מגע בין החיישנים שעל צידו האחורי של שעון היד לבין פרק כף היד למשך יותר מ-10 דקות, ייתכן ששעון היד יחשוב שאינך עונד אותו על פרק כף היד.

עצות והוראות בטיחות בנוגע לרצועה

- למדידה מדויקת, יש לענוד את שעון היד כך שיתאים לפרק כף היד שלך. לאחר ביצוע המדידה, שחרר את הרצועה על מנת לאפשר לאוויר להגיע לעור. מומלץ לענוד את שעון היד כך שלא יהיה משוחרר או הדוק מדי, ושירגיש נוח בנסיבות רגילות.
- ענידת שעון יד למשך פרק זמן ממושך או במהלך אימון ברמת מאמץ גבוהה עלולה לגרום גירוי בעור עקב גורמים מסוימים כגון חיכוך, לחץ או לחות. במקרה של ענידת שעון היד למשך פרק זמן ממושך, הסר אותו מפרק כף היד לזמן מה על מנת לשמור על העור בריא ולאפשר לפרק כף היד להחלים.
- גירוי עורי עשוי להופיע עקב אלרגיה, גורמים סביבתיים או חשיפה ממושכת של העור לסבון או לזיעה. במקרה כזה, הפסק להשתמש בשעון היד, והמתן יומיים או שלושה להקלת התסמינים. אם התסמינים ממשיכים או מחמירים, פנה לרופא.
- ודא שהעור יבש לפני ענידת שעון היד. ענידה ממושכת של שעון היד כאשר הוא רטוב עלולה להשפיע על העור.
- אם אתה משתמש בשעון היד בתוך המים, הסר חומרים זרים מהעור ומשעון היד, וייבש אותם באופן יסודי למניעת גירוי עורי.
- אין להשתמש בשום אביזרים חוץ משעון היד במים.
- אם יש לעיתים קרובות לחיצה לא-מכוונת על הלחצנים, עקב העובי של הבגדים, הכפפות או האופן שבו שעון היד מונח, נסה אחת מהשיטות הבאות:
 - עיין ב **איך לענוד את שעון היד למדידות מדויקות**, ונסה לענוד שוב את שעון היד.
 - ענוד את השעון יד כך שהלחצנים יפנו בכיוון הנגדי. אם המסך מופיע במהופך, במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **כללי** ← **כיוון**, והגדר את מיקום הלחצנים בהתאם לכיוון בפועל, תחת **מיקום הלחצן**.

איך לענוד את שעון היד למדידות מדויקות

למדידות מדויקות, הקפד לענוד את שעון היד צמוד לחלק התחתון של הזרוע, מעל לפרק כף היד, ולהשאיר מרווח של אצבע אחת, כמתואר בתמונה.



- הידוק חזק מדי של השעון יד עלול לגרום גירוי של העור, ואילו הידוק חלש מדי עלול לגרום חיכוך.
- אין להביט ישירות על אורות חיישן האותות הביולוגיים האופטי. הקפד שילדים לא יסתכלו ישירות באור. בעשותך כן הנך מסכן את ראייתך.
- אם שעון היד חם למגע, הסר אותו עד שיתקרר. חשיפת עורך למשטח החם של שעון היד לזמן רב עשויה לגרום לכוויות טמפרטורה נמוכה.

• נגב את המים משעון היד והרצועה לפני מדידת הרכב הגוף שלך והא.ק.ג.

• נוכחות של מים, אבק או כתמים על החיישן טמפרטורה אינפרה-אדום עלולה לשבש את דיוק המדידות.

• יש לנקות את החיישן טמפרטורה אינפרה-אדום באמצעות מטלית רכה או מקל ניקוי אוזניים.



• השתמש בתכונת מד הדופק למדידת דופק הלב בלבד. חיישן האותות הביולוגיים האופטי עשוי לאבד מהדיוק בהתאם לסביבה, תנאי המדידה והמצב הפיזיולוגי שלך.

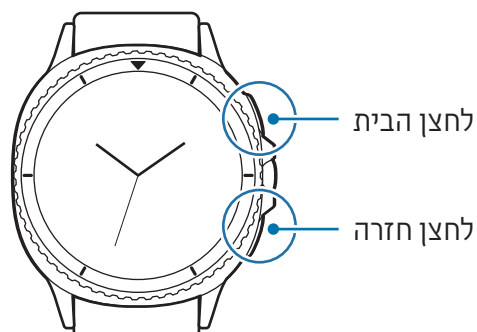
• מכיוון שטמפרטורות סביבה נמוכות עשויות להשפיע על המדידה, שמור על חום הגוף בזמן מדידת דופק הלב במהלך החורף או מזג אוויר קר.



- עישון או צריכת אלכוהול לפני ביצוע המדידות עלולים לגרום לשינוי דופק הלב בהשוואה לדופק הרגיל.
- אין לנוע, לדבר, לפהק או לנשום עמוק בעת מדידות דופק הלב. הדבר עלול לגרום לאי דיוקים במדידת דופק הלב.
- המדידה עשויה לא להיות מדויקת אם דופק הלב שלך מהיר או איטי בצורה קיצונית.
- במדידת דופק לב של ילדים, ייתכן שהמדידה לא תהיה מדויקת.
- אם פרק היד שלך צר, אתה עלול לחוות מדידות לא מדויקות של דופק הלב כששעון היד רופף, ולכן פוגע באחידות של החזרת האור. במקרה כזה, יש לענוד את שעון היד על החלק הפנימי של הזרוע.
- אם מדידת דופק הלב אינה תקינה, הזז את חיישן האותות הביולוגיים האופטי של שעון היד ימינה, שמאלה, למעלה או למטה על פרק כף היד, או ענוד את שעון היד על החלק הפנימי של הזרוע כך שהחיישן יבוא במגע עם העור.
- אם חיישן האותות הביולוגיים האופטי והחיישני האותות הביולוגיים החשמליים מלוכלכים, נגב את החיישנים ונסה שוב. אם חומרים זרים מונעים השתקפות אור אחידה, ייתכן שהמדידה לא תהיה מדויקת.
- חיישן האותות הביולוגיים האופטי עשוי להיות מושפע מקעקועים, סימנים ושיער על פרק כף היד עליו שעון היד נמצא. אלו עשויים לגרום לשעון היד לא לזהות כי אתה עונד אותו ותכונות שעון היד עלולים לא לפעול בצורה תקינה. לכן, ענוד את שעון היד על פרק כף היד בצורה כזו שלא תפריע לתכונות שעון היד.
- ייתכן שתכונות המדידה לא יפעלו היטב עקב גורמים מסוימים, כגון אור שנחסם מחיישן האותות הביולוגיים האופטי מידת בהירות העור שלך, זרימת הדם מתחת לעור ומצב הניקיון של אזור החיישן.
- למדידה מדויקת, יש להשתמש ברצועת הספורט של Ridge. בהתאם לדגם, ייתכן שרצועת הספורט של Ridge נמכרת בנפרד.
- כדי לקבל מדידות מדויקות, המיקום של הלחצנים ופרק כף היד שלך חייב להיות זהה לזה שבהגדרות שעון היד. במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← כללי ← כיוון, ובדוק את מיקום הלחצנים ואת אופן ענידת שעון היד שלך.

הפעלה וכיבוי של שעון היד

פעל לפי כל האזהרות הכתובות וההנחיות של אנשי סגל מורשים באזורים שבהם חלות הגבלות על השימוש במכשירים אלחוטיים, למשל בנמלי תעופה ובבתי חולים.



הפעלת שעון היד

להפעלת שעון היד, לחץ והחזק את לחצן הבית למספר שניות. בעת הפעלת השעון יד בפעם הראשונה או לאחר איפוס שלו, יופיעו במסך הוראות בנוגע לחיבור שעון היד למכשיר הטלפון שלך. ראה **חיבור שעון יד לטלפון** למידע נוסף.

כיבוי שעון היד

1 לחץ והחזק את לחצן הבית ולחצן חזרה. לחלופין, פתח את החלונית המהירה על-ידי גרירת המסך כלפי מטה מהקצה העליון, והקש על סמל כיבוי (⏻).

2 הקש על סמל הכיבוי (⏻).



כדי להגדיר את שעון היד כך שייכבה בעת לחיצה והחזקה של לחצן הבית, במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **לחצנים ומחוות**, הקש על האפשרות **לחיצה ארוכה תחת לחצן הבית**, ואז בחר בתפריט 'כיבוי'.

כפיית הפעלה מחדש

אם שעון היד נתקע ולא מגיב, לחץ והחזק את לחצן הבית ואת לחצן חזרה בו-זמנית למשך יותר מ-7 שניות כדי לבצע הפעלה מחדש.

שיחות חירום ומידע רפואי

באפשרותך לבצע שיחת חירום או לעיין במידע הרפואי ששמרת.

- 1 לחץ והחזק את לחצן הבית ולחצן חזרה. לחלופין, פתח את החלונית המהירה על-ידי גרירת המסך כלפי מטה מהקצה העליון, והקש על סמל כיבוי (🔌).
 - 2 הקש על **שיחת חירום** או על **מידע רפואי**.
- כדי לנהל את המידע הרפואי ואנשי הקשר למקרה חירום, פתח את היישום **Galaxy Wearable** בטלפון, והקש על **הגדרות שעון** ← **בטיחות וחירום**. 

חיבור שעון יד לטלפון

התקנת היישום Galaxy Wearable

כדי לחבר את השעון יד לטלפון, התקן את היישום Galaxy Wearable בטלפון. באפשרותך להוריד את היישום Galaxy Wearable מהמקומות הבאים, בהתאם לסוג הטלפון שלך:

- טלפונים Android של Samsung: **Galaxy Store**
- טלפונים אחרים של Android: **חנות Play**
- המכשיר תואם לטלפונים של Android התומכים בשירותים לנייד של Google. 
- אין אפשרות להתקין את היישום Galaxy Wearable בטלפונים שאינם תומכים בסנכרון עם השעון יד. ודא שהטלפון תואם לשעון היד.
- לא ניתן לחבר את שעון היד לטאבלט או למחשב.

חיבור שעון יד לטלפון באמצעות Bluetooth

- 1 הפעל את שעון היד.
 - 2 בחר את השפה שבה תרצה להשתמש, והקש על הסמל של אישור (✓).
 - 3 בחר ארץ או אזור, והקש על **הפעל מחדש**.
- שעון היד יכבה ויופעל מחדש ולאחר מכן ההוראות לחיבור שעון היד לטלפון שלך יופיעו על המסך.

4 בטלפון, פתח את היישום **Galaxy Wearable**.

אם יישום Galaxy Wearable לא מעודכן לגרסתו האחרונה, עדכן את יישום Galaxy Wearable לגרסה האחרונה.

5 הקש על **התחל**.

6 ממסך הבית, בחר בשעון היד שלך.

אם אינך מוצא את השעון יד שלך, הקש על **קבל עזרה**.

7 פעל בהתאם להוראות המוצגות על המסך להשלמת החיבור.

לאחר יצירת החיבור, הקש על **התחלה**, ובצע את ההוראות המופיעות במסך כדי ללמוד על הפקדים הבסיסיים של שעון היד.

- מסך ההפעלה הראשונית עשוי להשתנות בהתאם לאזור. 
- שיטות החיבור עשויות להשתנות לפי האזור, הדגם, הטלפון וגרסת התוכנה שברשותך.
- השעון יד קטן יותר מטלפונים רגילים, כך שאיכות הרשת עלולה להיות טובה פחות, בייחוד באזורים עם אותות חלשים או קליטה גרועה. כאשר חיבור Bluetooth אינו זמין, החיבור שלך לרשת הסלולרית או לאינטרנט עלול להיות לקוי או להתנתק.
- בעת חיבור השעון יד לטלפון בפעם הראשונה או לאחר איפוס, הסוללה של השעון יד עשויה להתרוקן מהר יותר במהלך סנכרון הנתונים, כגון אנשי קשר.
- התכונות והטלפונים הנתמכים עשויים להשתנות בהתאם לאזור, לספק השירות טלפוניה או ליצרן המכשיר שברשותך.
- כשאינך יכול ליצור חיבור Bluetooth בין שעון היד שלך לבין הטלפון, סמל 'מנותק מהטלפון' (🔌) יופיע בחלק העליון של מסך שעון היד.

חיבור שעון היד לטלפון חדש

אפשר לחבר את שעון היד לטלפון חדש שמשמש באותו חשבון Google שבו נרשם הטלפון הקודם שלך, מבלי לאפס את נתוני שעון היד.

1 במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **כללי** ← **העברת השעון לטלפון חדש** ← סמל אישור (✓).

2 בטלפון החדש, פתח את היישום **Galaxy Wearable** כדי להתחבר לשעון היד.

אם ברצונך לחבר את שעון היד לטלפון חדש לאחר איפוס השעון יד, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים, והקש על **כללי** ← **איפוס**. 

חיבור מרוחק

שעון היד והטלפון מחוברים באמצעות Bluetooth. אפשר לסנכרן את הטלפון עם השעון יד כששני המכשירים מחוברים זה לזה מרחוק, גם אם אין חיבור Bluetooth זמין. החיבור המרוחק מנצל את הרשת הסלולרית או רשת ה-Wi-Fi.

אם תכונה זו לא מופעלת, פתח את היישום **Galaxy Wearable** בטלפון החכם, הקש על **הגדרות שעון** ← **תכונות מתקדמות** ← **חיבור מרוחק**, ולאחר מכן הקש על המתג כדי להפעילו.

שימוש ברשתות

ניתן להשתמש ברשתות, כגון Wi-Fi, Bluetooth, NFC או רשת סלולרית. במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **חיבורים**, הקש על הרשת הרצויה, ולאחר מכן הקש על המתג כדי להפעילו. אם הרשת אינה בשימוש, הקש על המתג כדי להשבית אותה. עבור רשת סלולרית, הקש על **רשתות סלולריות**, והקש על **אוטומטי**, **מופעל תמיד**, או **חבילות סלולריות**. אם הרשת אינה בשימוש, הקש על **כבוי תמיד**.

ייתכן שתכונות מסוימות לא יהיו זמינות, בהתאם לדגם. 

הוספת חשבונות לשעון יד

רשום חשבונות Samsung או Google בטלפון המחובר, והוסף אותם לשעון היד כדי לקבל גישה למגוון התכונות של שעון היד.

רישום Samsung account בשעון היד

- 1 בטלפון, פתח את היישום Galaxy Wearable.
 - 2 הקש על הגדרות שעון ← חשבונות וגיבוי.
 - 3 הקש על Samsung Account, ובצע את ההוראות במסך כדי להיכנס ל-Samsung account שלך מהטלפון.
- אם התחברת ל-Samsung account שלך, אפשר לבדוק את Samsung account הרשום.

הוספת חשבון Google לשעון יד

- 1 בטלפון, פתח את היישום Galaxy Wearable.
- 2 הקש על הגדרות שעון ← חשבונות וגיבוי.
- 3 הקש על חשבון Google.
- 4 הקש על הוספת חשבון Google, ובצע את ההוראות במסך כדי להוסיף את חשבון Google שלך מהטלפון לשעון היד.

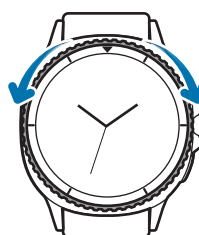
שליטה במסך

חוגה

השעון יד מצויד בחוגת מגע או בחוגה מסתובבת. עם שתי אצבעות סובב את החוגה בכיוון השעון או נגד כיוון השעון, או החלק על חוגת המגע, כדי לשלוט בפונקציות שונות של שעון היד.



חוגת המגע
(Galaxy Watch8)



חוגה מסתובבת
(Galaxy Watch8 Classic)

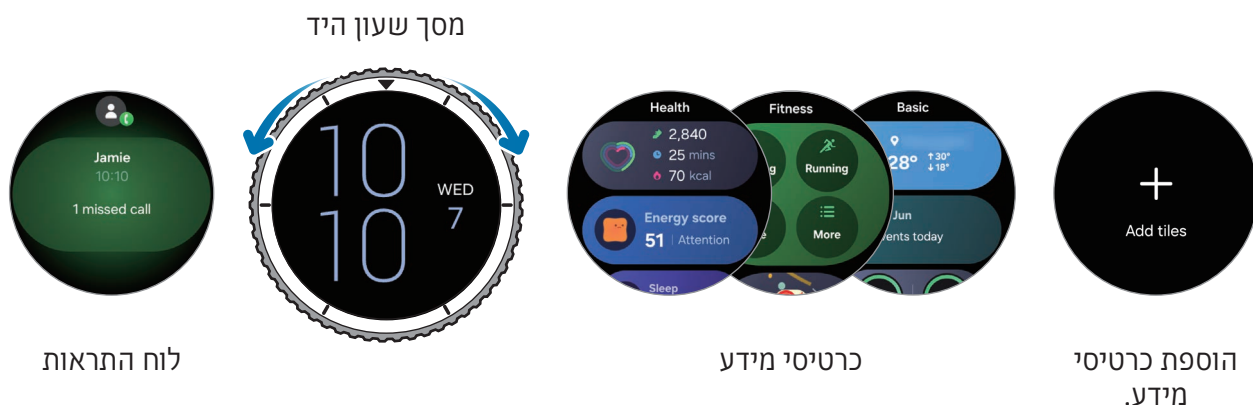
- **גלילה במסכים:** סובב את החוגה או החלק עליה כדי לעבור למסכים אחרים.
- **מעבר מפריט לפריט:** סובב את החוגה או החלק עליה כדי לעבור מפריט לפריט.
- **כוונון ערך הקלט:** סובב את החוגה או החלק עליה כדי לכוונון את עוצמת הקול או הבהירות. בעת כוונון הבהירות, סובב את החוגה או החלק עליה בכיוון השעון כדי להגביר בהירות במסך.
- **שימוש בתכונת הטלפון או השעון המעורר:** סובב את החוגה או החלק עליה בכיוון השעון כדי לקבל שיחות נכנסות או לבטל שעונים מעוררים. סובב את החוגה נגד כיוון השעון כדי לדחות שיחות נכנסות או להפעיל את הנודניק לשעון מעורר.
-  ודא שהחוגה המסתובבת נקייה מחומרים זרים, כמו אבק או חול.
- אל תשתמש בחוגה המסתובבת קרוב לחומרים מגנטיים, כגון מגנטים או צמידים מגנטיים. הפרעה מגנטית עלולה לשבש את פעולת החוגה המסתובבת.
-  אם החוגה לא פועלת כראוי, יש לקחת את השעון יד למרכז שירות של Samsung או אל מרכז שירות מורשה מבלי לפרק אותו.

מסך

- הקשה: הקש על המסך.
- נגיעה ממושכת: גע נגיעה ממושכת במסך למשך כ-2 שניות.
- גרירה: גע נגיעה ממושכת בפריט, וגרור אותו אל מיקום היעד.
- הקשה כפולה: הקש פעמיים על המסך.
- החלקה: החלק את המסך כלפי מעלה, מטה, שמאלה או ימינה.
- הרחקת שתי אצבעות זו מזו או קירובן זו לזו: הרחק שתי אצבעות זו מזו או צבט את המסך.
-  אין לאפשר מגע בין המסך למכשירים חשמליים אחרים. פריקה אלקטרוסטטית עלולה לגרום לתקלות במסך.
- על מנת להימנע מנזקים למסך, אין להקיש עליו עם עצמים חדים או להפעיל עליו לחץ חזק עם האצבעות או עם חפצים אחרים.
- מומלץ שלא להשתמש בגרפיקה קבועה על חלק מהמסך או על כולו לזמן ממושך. הדבר עלול לגרום להופעת טשטוש או תמונות רפאים על המסך.
-  ייתכן ששעון היד לא יזהה קלט מגע בקרבת קצוות המסך באזורים שנמצאים מחוץ לאזור קלט המגע.
- ייתכן שזיהוי המגע לא יהיה זמין כאשר מצב נעילת מים מופעל.

הרכב המסך

מסך שעון היד הוא נקודת ההתחלה של מסך הבית, שכולל כמה דפים. ניתן לבדוק כרטיסי מידע ולפתוח את לוח ההתראות בהחלקה על המסך שמאלה או ימינה או באמצעות החוגה.



הלוחות הזמינים, כרטיסי המידע, והסידור שלהם עשויים להשתנות לפי גרסת התוכנה.



ניהול כרטיסי מידע

אפשר להוסיף יישומונים לכרטיסי מידע כדי לקבל גישה נוחה לתכונות שאתה רוצה. הקש על האפשרות **הוסף כרטיסי מידע**, ובחר את היישומונים שברצונך להוסיף. נגיעה והחזקה של כרטיס מידע תאפשר לך לגשת למצב עריכה, כדי לשנות את סדר כרטיסי המידע או להסיר אותם.

- **הזזת כרטיס המידע:** גע נגיעה ממושכת בכרטיס מידע, כדי להזיז ולגרור אותו למיקום הרצוי.
 - **הסרת כרטיס מידע:** הקש על סמל המחיקה (⊖) בכרטיס המידע כדי להסיר אותו.
- כדי לשנות את סדר היישומונים או להסיר יישומון, גע נגיעה ממושכת בכרטיס המידע, והקש על האפשרות **ערוך**.
- **הזזת היישומון:** גע נגיעה ממושכת ביישומון, כדי להזיז ולגרור אותו למיקום הרצוי.
 - **הסרת היישומון:** הקש על סמל המחיקה (⊖) ביישומון כדי להסיר אותו.

הפעלה וכיבוי של המסך

הפעלת המסך

כדי להפעיל את המסך, השתמש באחת השיטות הבאות:

- **הפעל את מסך הבית באמצעות הלחצנים:** לחץ על לחצן הבית או על לחצן חזרה.
- **הפעלת המסך על-ידי הרמת פרק כף היד:** הרם את פרק כף היד שעליו אתה עונד את שעון היד. אם המסך אינו מופעל אחרי הגבהה של פרק כף היד, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים, הקש על **תצוגה**, ולאחר מכן הקש על המתג **הרם את פרק כף היד להשכמה תחת השכמת המסך** כדי להפעילו.
- **הפעלת המסך בהקשה עליו:** הקש על המסך. אם המסך אינו מופעל לאחר הקשה על המסך, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים, הקש על **תצוגה**, ולאחר מכן הקש על המתג **גע במסך להשכמה תחת השכמת המסך** כדי להפעילו.
- **הפעלת המסך באמצעות החוגה:** סובב את החוגה. אם המסך אינו מופעל לאחר סיבוב החוגה, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים, הקש על האפשרות **תצוגה**, ולאחר מכן הקש על המתג **סובב מסגרת להשכמה תחת השכמת המסך** כדי להפעילו (Galaxy Watch8 Classic).

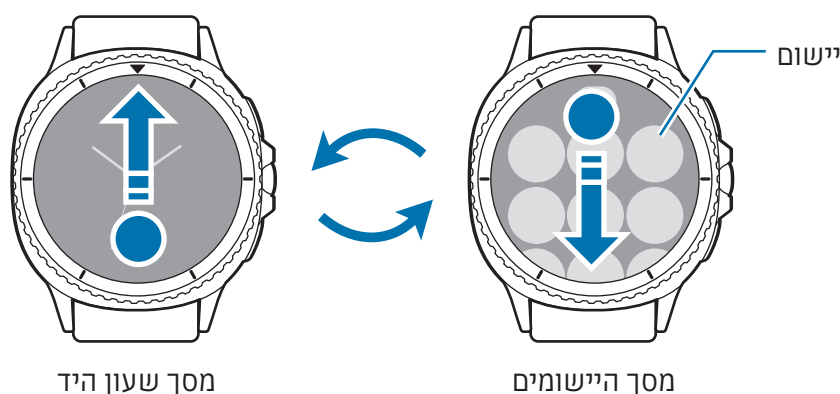
כיבוי המסך

לכיבוי המסך, כסה אותו עם כף היד או עצם אחר. כמו כן, המסך ייכבה באופן אוטומטי אם לא ייעשה שימוש בשעון היד למשך פרק זמן מסוים.

החלפת מסך

מעבר בין שעון היד למסך יישומים

במסך שעון היד, החלק כלפי מעלה כדי לפתוח את מסך היישומים. כדי לחזור למסך שעון היד, החלק כלפי מטה מראש מסך היישומים. לחלופין, לחץ והחזק את לחצן הבית או לחצן חזרה.



חזרה למסך הקודם

כדי לחזור למסך הקודם, החלק ימינה במסך, או לחץ על לחצן חזרה.

מסך היישומים

מסך היישומים מציג סמלים עבור כל היישומים המותקנים בשעון היד. היישומים הזמינים עשויים להשתנות בהתאם לגרסת התוכנה. 

פתיחת יישומים

במסך היישומים, הקש על סמל יישום כדי לפתוח אותו. כדי לפתוח יישום מרשימת היישומים שנעשה בהם שימוש לאחרונה, הקש ממסך היישומים על סמל היישומים האחרונים ().

סגירת יישומים

- 1 במסך היישומים, הקש על סמל היישומים האחרונים (●).
 - 2 השתמש בחוגה, או החלק את המסך ימינה או שמאלה כדי לעבור ליישום שברצונך לסגור.
 - 3 כדי לסגור יישום, החלק עליו באצבעך כלפי מעלה.
- לסגירת כל היישומים הפתוחים, הקש על **סגור הכל**.

עריכת מסך היישומים

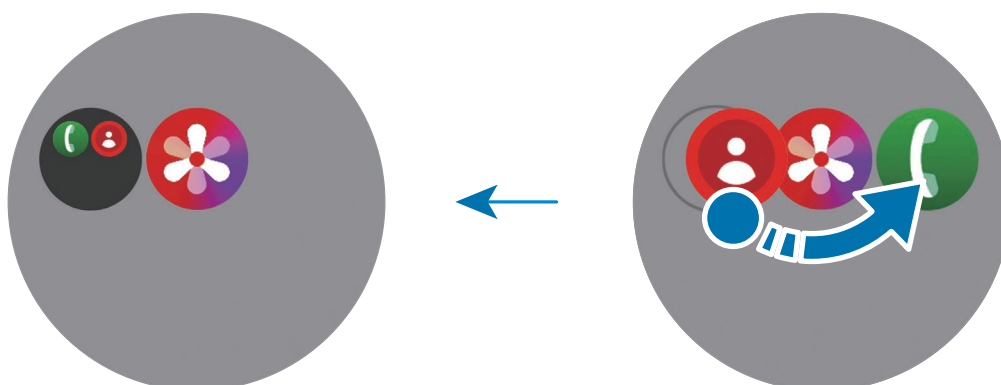
הזזת פריטים

גרור פריט למיקום חדש.

יצירת תיקיות

גרור יישום אל יישום אחר.

תיווצר תיקייה חדשה שתכיל את היישומים שנבחרו. הקש על **שם תיקייה** והזן שם תיקייה.



• הוספת יישומים נוספים

הקש על הסמל של הוספת יישומים לתיקייה (+) בתיקייה. סמן את היישומים הרצויים והקש על **בוצע**. ניתן גם להוסיף יישום על-ידי גרירתו לתיקייה.

• העברת יישומים מתיקייה

גרור יישום למיקום חדש, הנמצא מחוץ לאותה תיקייה.

• מחיקת תיקייה

גע והחזק בתיקייה מסוימת, ולאחר מכן הקש על **מחק** ← סמל אישור (✓). רק התיקייה תימחק. יישומי התיקייה יועברו למסך היישומים.

הגדרה של תצוגת מסך מפוצל

בחר אחת מהאפשרויות כדי להציג יישומים במסך היישומים בתצוגת רשת או רשימה. הקש על האפשרות **הגדר תצוגה** בתחתית מסך היישומים, ובחר באפשרות הרצויה תחת **תצוגה**.
אם תקיש על המתג **הצג יישומים תדירים לפי שימוש** כדי להפעיל אותו, תוכל לקבל יישומים מומלצים לפי אופן השימוש שלך בשעון היד, בחלקו העליון של מסך היישומים.

נעילת מסך

השתמש בתכונת נעילת המסך כדי להגן על הנתונים שלך, כגון פרטים אישיים השמורים בשעון היד. בעת הפעלת התכונה, צריך לבטל את נעילת השעון יד כדי להשתמש בו. עם זאת, אם תבטל את הנעילה פעם אחת במהלך ענידת שעון היד, הנעילה תישאר מבוטלת.

הגדרת נעילת המסך

במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **אבטחה ופרטיות** ← **סוג נעילה** ובחר בשיטת הנעילה.

- **דפוס:** שרטט דפוס המכיל ארבע נקודות או יותר לשחרור נעילת המסך.
- **קוד PIN:** הזן PIN המכיל מספרים על מנת לבטל את נעילת המסך.

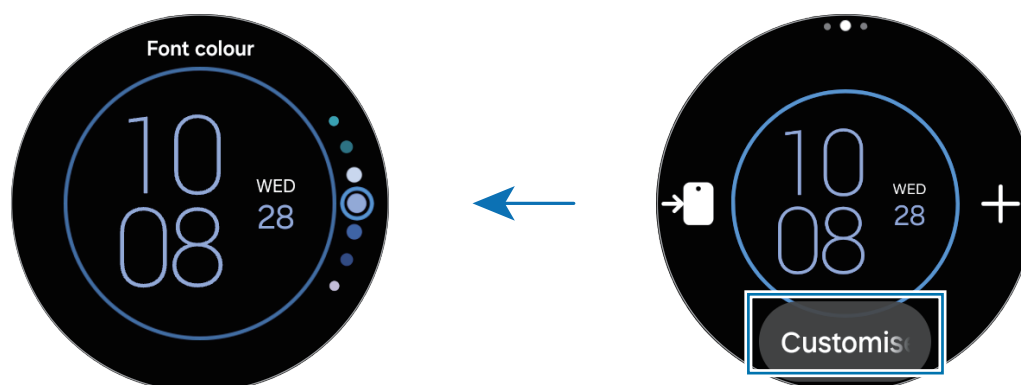
שעון יד

מסך שעון היד

באפשרותך לבדוק את השעה הנוכחית או מידע אחר. אם אינך נמצא במסך השעון יד, לחץ על לחצן הבית על מנת לחזור למסך השעון יד.

שינוי סגנון השעון

- 1 גע נגיעה ממושכת במסך שעון היד, והקש על **הוספת סגנון שעון**.
- 2 השתמש בחוגה, או החלק על המסך כלפי מעלה או מטה, ולאחר מכן בחר סגנון שעון. הקשה על **סגנונות שעון נוספים ב-Google Play** תאפשר לך להוריד עוד סגנונות שעון יד.
- 3 הקש על **התאם** כדי להתאים אישית את סגנון שעון היד. החלק את המסך שמאלה או ימינה במסך כדי לעבור לפריט שברצונך להתאים, ולאחר מכן בחר בצבע הרצוי ובשאר האפשרויות, באמצעות החוגה או בהחלקה כלפי מעלה או מטה במסך. כדי להגדיר את המורכבויות, הקש על כל אזור מורכבות רצוי.



בנוסף, אפשר להחליף את סגנון השעון ולהתאים אותו מהטלפון. פתח את היישום **Galaxy Wearable** בטלפון, והקש על **סגנונות שעון**.



הפעלה של מצב אור חלש

סגנונות שעון מסוימים תומכים במצב אור חלש. כשמצב אור חלש פועל, הבהירות והצבעים של סגנון שעון היד מותאמים כדי לתת תצוגה ברורה יותר של סגנון השעון בלילה או בתנאי אור חלש ולהפחית את המאמץ של העיניים.

- 1 גע נגיעה ממושכת במסך שעון היד, והקש על **הוספת סגנון שעון**.
- 2 תחת **קלאסי**, בחר באפשרות **Heritage Classic** או **קלאסי ספורטיבי**.
- 3 הקש על **התאם**.
- 4 החלק שמאלה או ימינה על המסך כדי לעבור לפריט **מצב אור חלש**.
- 5 הקש על המסך כדי להגדיר את מצב אור חלש כ**אוטו** או כ**מופעל**.

התאמה אישית של סגנון שעון עם תמונה

הגדר תמונה כסגנון שעון אחרי ייבוא שלה מהטלפון. למידע נוסף על ייבוא תמונות מטלפון, ראה [ניהול תמונות השמורות בשעון היד](#).

- 1 גע נגיעה ממושכת במסך שעון היד, והקש על **הוספת סגנון שעון**.
- 2 בחר סגנון שעון תחת **תמונות**.
- 3 הקש על **התאם**.
- 4 החלק שמאלה או ימינה על המסך, כדי לעבור לפריט **רקע** או **תמונה**.
- 5 הקש על המסך, בחר תמונה שברצונך להשתמש בה בתור סגנון שעון, והקש על **אישור**.
כדי להגדיל או להקטין את תצוגת התמונה, הקש עליה פעמיים, או הרחק שתי אצבעות זו מזו, או קרב אותן על התמונה. כשהתמונה מוגדלת, החלק על המסך כדי להציג במסך חלק מסוים מהתמונה.
כדי לבחור כמה תמונות בו-זמנית, גע נגיעה ממושכת בתמונה כלשהי, בחר תמונות באמצעות החוגה או בהחלקה שמאלה או ימינה על המסך, ואז הקש על סמל הסיום (✓). כדי להוסיף תמונות אחרי בחירת התמונות, הקש על **הוסף תמונה**. 
- 6 הקש על **אישור**.
- 7 החלק על המסך כדי לשנות פריטים אחרים, כגון מורכבות, וחזור למסך הקודם.
התמונה תופיע במסך שעון היד. כשאתה בוחר **תמונות** עבור סגנון שעון היד ומוסיף שתי תמונות או יותר, התמונות שהוספת יופיעו על המסך בתורן, לאחר הקשה על המסך.

הפעלת התכונה Always On Display

הגדר שמסך שעון היד ומסכי יישומים מסוימים יפעלו תמיד בעת ענידת שעון היד. עם זאת, השימוש בתכונה זו ירוקן את הסוללה מהר מהרגיל.

כדי לא להשתמש בתכונה זו, פתח את החלונית המהירה על-ידי גרירת המסך כלפי מטה מהקצה העליון, והקש על הסמל Always On Display (⌚). לחלופין, במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **תצוגה** והקש על המתג Always On Display כדי לכבותו.

הפעלה של מצב שעון יד בלבד

במצב שעון יד בלבד, רק השעה תוצג ולא ניתן יהיה להשתמש בכל הפונקציות האחרות.

במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **סוללה** ← **שעון בלבד** והקש על **הפעל**.

כדי לכבות את מצב שעון היד בלבד, לחץ והחזק את לחצן הבית. לחלופין, שים את שעון היד על המטען האלחוטי על מנת להטעינו לרמה מסוימת. שעון היד ייכבה ויידלק שוב.

מצב שעון יד בלבד נדלק אוטומטית כאשר רמת הסוללה יורדת אל מתחת ל-1%. מצב שעון יד היחידי יכובה אוטומטית כאשר הסוללה טעונה ברמה מסוימת. 

שימוש בתכונת הסרגל המהיר

כשמשתמשים בתכונות מסוימות, כגון תיעוד של אימון או הקלטה קולית, ולוחצים על לחצן הבית כדי לפתוח את מסך שעון היד, יופיע בחלק התחתון של מסך שעון היד סרגל מהיר שמציג את התכונה הנוכחית שבה משתמשים.

הקש על הסרגל המהיר כדי לחזור למסך התכונה הנוכחית שבה אתה משתמש, בפתיחה ישירה.



התראות

לוח התראות

בדוק התראה כגון הודעה חדשה או שיחה שלא נענתה בלוח ההתראות. במסך שעון היד, סובב או החלק את החוגה נגד כיוון השעון. לחלופין, החלק ימינה במסך כדי לפתוח את לוח ההתראות.

כשיש התראות חדשות, יופיע מחוון התראות כתום במסך שעון היד. אם מחוון ההתראות לא מופיע, במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **התראות** ← **הגדרות מתקדמות** והקש על המתג **מחוון התראה חדשה בסגנון השעון** כדי להפעיל אותו.



- אפשר לקבל התראות רק בעת ענידת שעון יד.
- לא ניתן לקבל התראות בשעון היד בזמן שימוש בטלפון. כדי לבדוק התראות בשעון היד, אפילו תוך כדי שימוש בטלפון, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים, הקש על **התראות** ← **התראות של טלפון בשעון**, ובחר באפשרות **הצג תמיד בשניהם**.



בדיקת התראות נכנסות

כשאתה מקבל התראה, יופיע במסך מידע על ההתראה, כגון סוג ההתראה או זמן קבלתה. אם התקבלו יותר משתי התראות, השתמש בחוגה, או החלק את המסך ימינה או שמאלה כדי לעיין בהתראות נוספות. הקש על ההתראה כדי לעיין בפרטים.

מחיקת התראות

החלק כלפי מעלה על המסך כשאתה בודק התראה.

בחירת יישומים לקבלת התראות

בחר יישום של טלפון או של שעון יד כדי לקבל התראות בשעון היד.

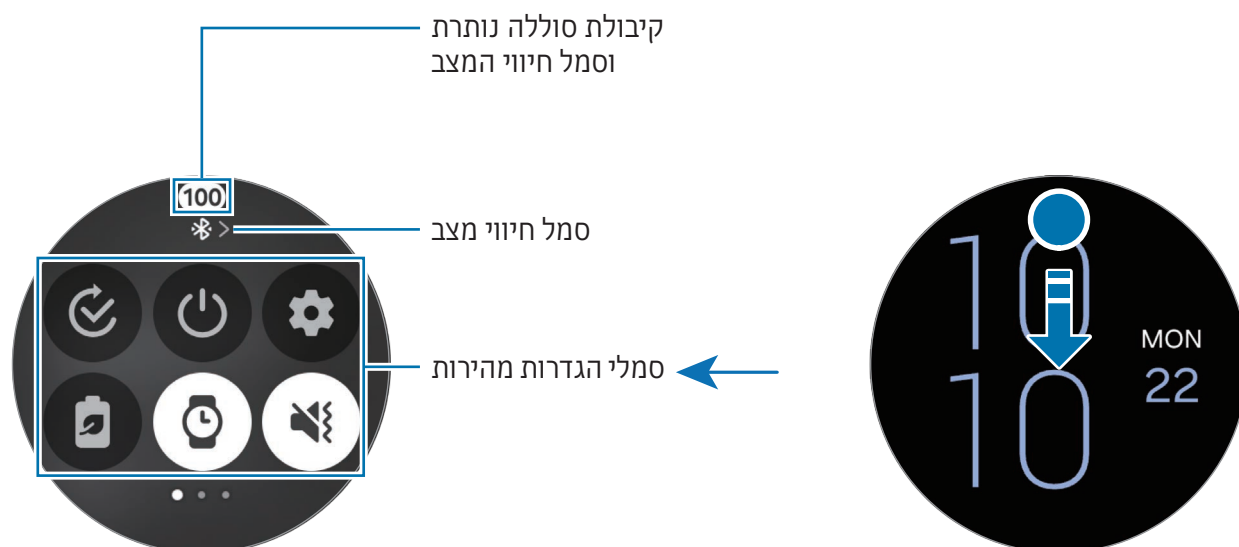
- 1 בטלפון, פתח את היישום **Galaxy Wearable**.
- 2 הקש על הגדרות שעון ← התראות ← התראות יישומים.
- 3 הקש על המתג שליד יישומים כדי לקבל התראות מרשימת היישומים.

חלונת מהירה

בדוק את המצב הנוכחי של השעון יד, וקבע הגדרות מהחלונת המהירה.

כדי לפתוח את החלונת המהירה, גרור את המסך כלפי מטה מקצהו העליון. לסגירת החלונת המהירה, החלק אצבע כלפי מעלה על המסך.

כדי לעבור לחלונת המהירה הבאה או הקודמת, השתמש בחוגה, או החלק את המסך ימינה או שמאלה.



בדיקת המצב של סמלי החיווי

סמלי חיווי מצב מופיעים בחלק העליון של החלונית המהירה, כדי להודיע לך מהו מצבו הנוכחי של השעון יד. הסמלים המפורטים בטבלה הם הנפוצים ביותר.

סמל	משמעות
	Bluetooth מחובר
	עוצמת האות
	רשת LTE מחוברת
	רשת Wi-Fi מחוברת
	שעון היד והטלפון מחוברים מרחוק
	עוצמת המתח בסוללה

- בנוסף, סמלים מסוימים של חיווי מצב, המציינים מצבים מסוימים, למשל בעת שימוש במצבי הפעלה מסוימים או טעינת השעון יד, יופיעו בחלקו העליון של מסך שעון יד. כדי להסתיר את סמלי חיווי המצב במסך שעון היד, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים, הקש על **תכונות מתקדמות** ← **מחווני סטטוס**, ולאחר מכן בחר באפשרות **הסתר לאחר 2 שניות**.
- סמלי חיווי המצב עשויים להיראות אחרת לפי האזור, ספק השירות או הדגם.

בדיקת סמלי הגדרות מהירות

סמלי הגדרות מהירות מופיעים בחלונית המהירה. הקש על הסמל לשינוי ההגדרות הבסיסיות או להפעלה של התכונה. כדי לעיין בהגדרות מפורטות יותר, גע נגיעה ממושכת בסמל ההגדרות המהירות.

ראה [עריכת חלונית מהירה](#) למידע נוסף על הוספה או הסרה של סמלי ההגדרות המהירות בחלונית המהירה.

סמל	משמעות
	פתח את הגדרות המצב
	גישה לאפשרויות צריכת חשמל
	פתח את הגדרות
	הפעלה של מצב חיסכון בחשמל

סמל	משמעות
	הפעלת התכונה Always On Display
	הפעלת צליל, רטט או מצב שקט
	הפעלת הפנס
	כווןון הבהירות
	הפעלה של מצב נא לא להפריע
	פתח את הגדרות עוצמת הקול
	התחברות לרשת Wi-Fi
	הפעלה של מצב נעילת מים
	הפעלה של מצב טיסה
	חיבור שמע Bluetooth
	פתח את התכונה אתר את הטלפון שלי
	הפעלת תכונת ה-GPS
	התחברות לרשת הסלולרית (דגמים עם רשת סלולרית זמינה)
	הפעלת תכונת ה-NFC
	הפעלת תכונת הרגישות למגע
	התחברות ל-Bluetooth (דגמים עם רשת סלולרית זמינה)

- 
 • סמל מצבים (🔒) עשוי להופיע בצורה שונה בהתאם למצב הריצה וניתן לכבות את המצב על ידי הקשה על הסמל כאשר המצב בשימוש.
- סמלי תכונת הגדרות מהירות עשויים להופיע בצורה שונה בהתאם לגרסת התוכנה בטלפון המחובר.

עריכת חלונית מהירה

הקש על סמל עריכה (+) כדי לעבור למצב עריכה ולשנות את הסידור של סמלי ההגדרות המהירות או כדי להוסיף או להסיר את סמל ההגדרות המהירות.

- **מעבר לסמל ההגדרה המהירה:** גע נגיעה ממושכת בסמל ההגדרות המהירות, כדי להזיז ולגרור אותו למיקום הרצוי.
- **הוספה של סמל הגדרה מהירה:** הקש על סמל הוספה (+) בסמל ההגדרות המהירות כדי להוסיף.
- **הסרה של סמל הגדרה מהירה:** הקש על סמל המחיקה (-) בסמל ההגדרות המהירות כדי להסיר.

הזנת טקסט

פריסת מקלדת

מקלדת תופיע בעת הזנת טקסט.



- מסך הזנת הטקסט עשוי להשתנות בהתאם ליישום הנפתח.
- הזנת טקסט אינה נתמכת עבור שפות מסוימות. להזנת טקסט, עליך לשנות את שפת הקלט לאחת מהשפות הנתמכות.



שינוי שפת הקלט

גרור את סמל מצבי הקלט והגדרות (—) כלפי מעלה, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **שפות קלט** ← **ניהול שפות**, ולאחר מכן בחר את השפות לשימוש. לאחר הבחירה בשתי שפות, תוכל לעבור בין שפות הקלט על-ידי החלקת מקש הרווח שמאלה או ימינה. אפשר להוסיף שתי שפות לכל היותר.

אפשר גם להגדיר את שפות הקלט בהקשה על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים ואז הקשה על **כללי** ← **מקלדת Samsung** ← **שפות קלט** ← **ניהול שפות**. 

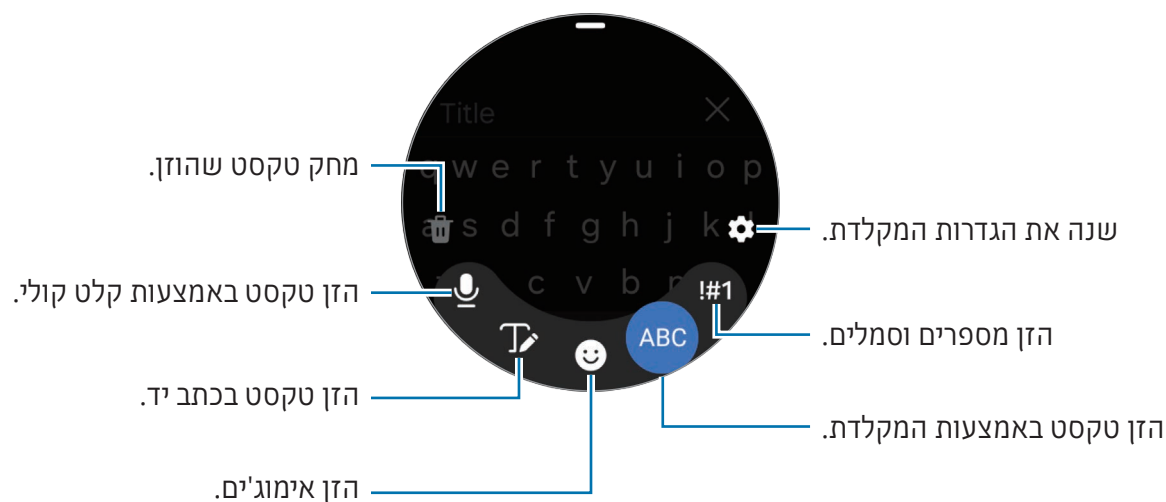
שינוי סוג המקלדת

גרור את סמל מצבי הקלט והגדרות (—) כלפי מעלה, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **שפות קלט**, בחר שפה, ולאחר מכן בחר את סוג המקלדת הרצויה.

במקלדת 3x4, למקש יש שלושה או ארבעה תווים. כדי להזין תו, הקש על המקש המתאים שוב ושוב, עד להופעת התו הרצוי. 

פונקציות מקלדת נוספות

גרור את סמל מצבי הקלט והגדרות (—) כלפי מעלה במסך המקלדת, כדי להשתמש בפונקציות נוספות של המקלדת.



- ייתכן שתכונות מסוימות לא יהיו זמינות, בהתאם לשפה, לספק השירות או לדגם.
- התכונה של הזנת טקסט באמצעות קלט קולי ניתן גם להפעלה ישירות מתוך כל מסך הזנת טקסט אחר, באמצעות לחיצה ממושכת על לחצן הבית. כדי להשתמש בתכונה זו, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים, הקש על **לחצנים ומחוות**, הקש על האפשרות **לחיצה ארוכה תחת לחצן הבית**, ואז בחר ב- **Bixby**.

יישומים ותכונות

התקנה וניהול של יישומים

חנות Play

רכוש והורד יישומים.

הקש על הסמל Play Store (🌈) במסך היישומים. דפדף בין יישומים לפי קטגוריה, או הקש על סמל החיפוש (🔍) וחפש באמצעות מילת מפתח.

• רשום חשבון Google בשעון היד שלך, כדי להשתמש ביישום Play Store. ראה [הוספת חשבון Google לשעון יד](#) למידע נוסף. 

• כדי לשנות הגדרות עדכון אוטומטי, הקש על **הגדרות**, והקש על המתג **עדכון אוטומטי של אפליקציות** כדי להפעיל או להשבית אותו.

• כשאתה מוריד יישום לטלפון שלך, אם קיים יישום נלווה עבור שעון היד, ייתכן שהוא יותקן אוטומטית בשעון היד.

ניהול יישומים

הסרת התקנה או השבתה של יישומים

פתח את היישום **Galaxy Wearable** בטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **יישומים**, הקש על יישום, ולאחר מכן בחר אפשרות מסוימת.

• **הסר:** הסר את התקנתם של יישומים שהורדו.

• **השבת:** השבת את יישומי ברירת המחדל הנבחרים שאת התקנתם לא ניתן להסיר משעון היד.

• ייתכן שיישומים מסוימים אינם תומכים בתכונה זו. 

• אפשר להסיר יישומים מסוימים על-ידי נגיעה ממושכת ביישום ממסך היישומים של שעון היד והקשה על **הסר**.

הפעלת יישומים

פתח את היישום Galaxy Wearable בטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **יישומים**, בחר בסמל המסנן (⌵), ולאחר מכן הקש על **מנוטרל** ← **אישור**. בחר יישום כלשהו, והקש על **הפעל**.

הגדרת הרשאות ליישום

על מנת שיישומים מסוימים יפעלו היטב, הם זקוקים להרשאת גישה או שימוש במידע הנמצא בשעון היד. לבדיקה או שינוי של הגדרות ההרשאה של יישומים לפי קטגוריית הרשאה, פתח את מסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **יישומים** ← **מנהל הרשאות**. בחר פריט ובחר יישום.

מניעת הרשאות גישה מיישומים עשויה לגרום לכך שתכונות בסיסיות של היישומים לא יפעלו כהלכה. 

טלפון

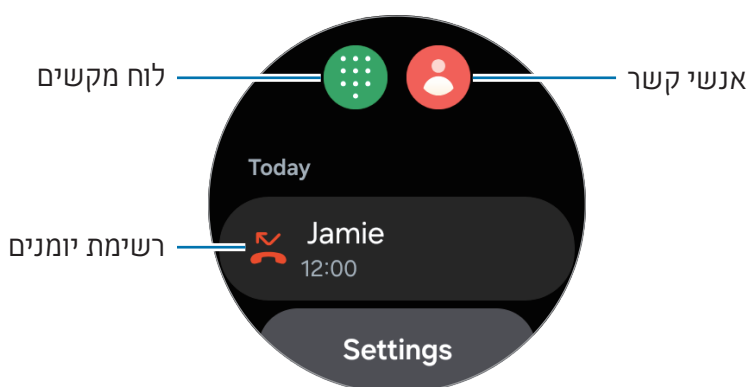
מבוא

באפשרותך לבצע שיחות ולבדוק שיחות נכנסות ולקבל אותן.

באזורים עם אות חלש, ייתכן שיבוש קול במהלך השיחה, ואפשר יהיה לבצע שיחות קצרות בלבד. 

ביצוע שיחות

הקש על סמל טלפון (☎️) במסך היישומים.



כדי לבצע שיחה, השתמש באחת השיטות הבאות.

- הקש על סמל לוח המקשים (⋮), הזן מספר באמצעות לוח המקשים, ולאחר מכן הקש על סמל השיחה (☎).
- הקש על סמל אנשי קשר (👤), השתמש בחוגה או גלול את רשימת אנשי הקשר, בחר איש קשר, ולאחר מכן הקש על סמל השיחה (☎).
- השתמש בחוגה, או גלול דרך רשימת היומנים, בחר רשומת יומן, ולאחר מכן הקש על סמל השיחה (☎).

בחירת המספר לביצוע שיחות (דגמים עם רשת סלולרית)

אפשר לבחור מספר שבאמצעותו יבוצעו שיחות, בין המספר של שעון היד למספר של הטלפון המחובר. בנוסף, אם השעון יד מחובר לטלפון שתומך בכרטיסי SIM כפולים, אפשר לבחור כרטיס SIM לביצוע שיחות.

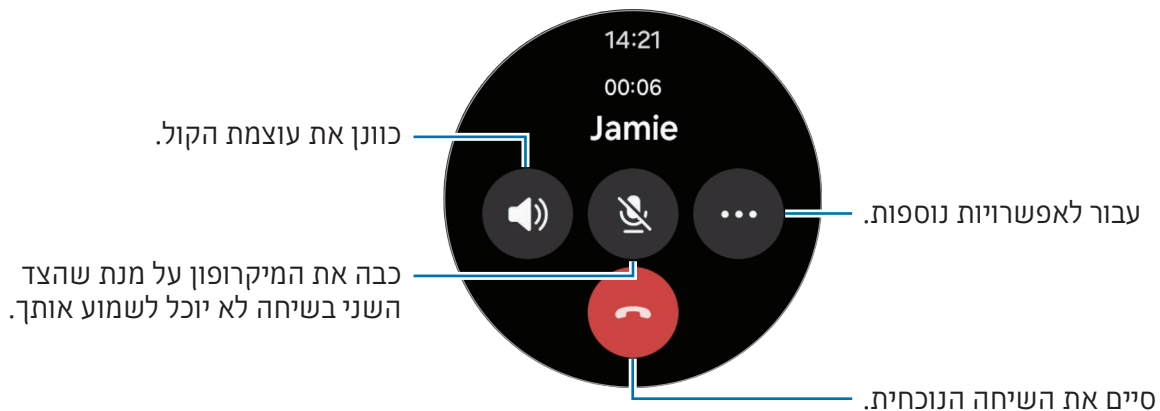
- 1 הקש על סמל טלפון (☎) במסך היישומים.
- 2 הקש על סמל המקלדת (⌨).
- 3 הקש על הסמל SIM לשיחות (▼) ובחר באפשרות הרצויה.
 - **טלפון:** בצע שיחות עם המספר של הטלפון המחובר.
 - **SIM 1:** בצע שיחות עם המספר של כרטיס SIM 1 של הטלפון המחובר.
 - **SIM 2:** בצע שיחות עם המספר של כרטיס SIM 2 של הטלפון המחובר.
 - **שעון יד:** בצע שיחות עם המספר של שעון היד.
 - ייתכן שתכונות מסוימות לא יהיו זמינות, בהתאם לטלפון המחובר. 
 - אפשר גם לבחור מספר לביצוע שיחה בנגיעה ממושכת על לחצן ההתקשרות, אחרי בחירה של רשומה מהיומן.

הגדרה מראש של מספר מועדף (דגמים עם רשת סלולרית)

- 1 הקש על סמל טלפון (☎) במסך היישומים.
- 2 הקש על **הגדרות**.
- 3 הקש על **מספר מועדף**, ובחר באפשרות הרצויה.
 - **טלפון:** הגדר ביצוע של שיחות עם המספר של הטלפון המחובר.
 - **שעון:** הגדר ביצוע שיחות עם המספר של שעון היד.
 - **שאל תמיד:** הגדר לשאול תמיד באיזה מספר להשתמש, בכל פעם שמבוצעת שיחה.

אפשרויות בזמן שיחה

זמינות הפעולות הבאות:



תצוגת המסך עשויה להשתנות בהתאם לדגם.



ביצוע שיחת טלפון עם אוזניית Bluetooth

כאשר אוזניית Bluetooth מחוברת, השיחה תנותב אליה.

אם אוזניית Bluetooth לא מחוברת, במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **חיבורים** ← **Bluetooth**. כאשר מופיעה רשימת מכשירי Bluetooth זמינים, בחר את אוזניית ה-Bluetooth שברצונך להשתמש בה.

קבלת שיחות

מענה לשיחה

כאשר נכנסת שיחה, סובב או החלק את החוגה בכיוון השעון. לחלופין, גרור את סמל המענה (☎️) אל מחוץ לעיגול הגדול.

באפשרותך לערוך שיחות טלפון באמצעות המיקרופון הפנימי של השעון יד, הרמקול שלו או אוזניית Bluetooth מחוברת.

דחיית שיחה

באפשרותך לדחות שיחות נכנסות ולשלוח למתקשר הודעת דחייה.

כאשר נכנסת שיחה, סובב או החלק את החוגה נגד כיוון השעון. לחלופין, גרור את סמל הדחייה (🚫) אל מחוץ לעיגול הגדול.

כדי לשלוח הודעת דחייה, גרור את סמל שליחת הודעת דחייה מהירה (⚡) כלפי מעלה, ובחר בהודעה הרצויה שלך.

שיחות שלא נענו

אם לא נענתה שיחה, התראה על שיחה שלא נענתה תופיע בלוח ההתראות. בלוח ההתראות, בדוק התראות על שיחות שלא נענו. לחלופין, הקש על הסמל של טלפון (📞) במסך היישומים כדי לבדוק שיחות שלא נענו.

אנשי קשר

תוכל לבצע שיחה או לשלוח הודעה לאיש קשר. אנשי הקשר שנשמרו בטלפון המחובר יישמרו גם בשעון היד. הקש על סמל אנשי קשר (👤) במסך היישומים.

רשימת אנשי קשר מועדפים בטלפון תוצג בחלק העליון של רשימת אנשי הקשר. 

השתמש באחת משיטות החיפוש הבאות:

- הקש על סמל החיפוש (🔍) בחלק העליון של רשימת אנשי הקשר, ולאחר מכן הזן את הקריטריונים לחיפוש.
- גלול את רשימת אנשי הקשר.
- השתמש בחוגה. סיבוב או החלקה מהירים של החוגה יגרמו לגלילת הרשימה לפי סדר האלף-בית של האות הראשונה.

לאחר בחירת איש קשר, בצע אחת מהפעולות הבאות:

-  : בצע שיחה קולית.
-  : חבר הודעה.

בחירת אנשי הקשר הנמצאים בשימוש תכוף ביישומון

הוסף את אנשי קשר הנמצאים בשימוש תכוף מהיישומון **אנשי קשר** כדי ליצור איתם קשר ישירות באמצעות הודעת טקסט או שיחת טלפון. גע נגיעה ממושכת ביישומון **אנשי קשר**, הקש על האפשרות **ערוך** ← סמל העריכה (✎), בחר באנשי הקשר הרצויים, ואז הקש על האפשרות **בוצע**.

-  כדי להשתמש בתכונה זו, יש להוסיף את היישומון **אנשי קשר** לכרטיס המידע. ראה **ניהול כרטיסי מידע** למידע נוסף.

- לכל היותר, אפשר להוסיף שניים עד ארבעה אנשי קשר, תלוי בסגנון היישום של **אנשי קשר**.

Samsung Wallet

מבוא

ב-Samsung Wallet מחכה לך מגוון של תכונות נוחות. אפשר לבצע תשלומים, לבדוק כרטיסים או כרטיסי עליה למטוס ועוד.

למידע נוסף, למשל לגבי כרטיסי אשראי התומכים בתכונה זו, היכנס לכתובת

www.samsung.com/samsung-wallet

הקש על סמל הארנק (👛) במסך היישומים, ובחר בתכונה הרצויה לך.

- ייתכן שיישום זה לא יהיה זמין בכפוף לאזור, ספק השירות, הדגם או הטלפון המחובר. 
- ייתכן שתכונות מסוימות לא יהיו זמינות, בהתאם לאזור.

התקנת Samsung Wallet

בהפעלה ראשונה של היישום או באתחול היישום לאחר ביצוע איפוס נתונים, פעל בהתאם להוראות המופיעות על המסך כדי להשלים את תהליך ההתקנה הראשוני.

1 בטלפון, פתח את היישום **Galaxy Wearable**.

2 הקש על **הגדרות שעון** ← **Wallet** ופעל בהתאם להוראות המוצגות על המסך.

שימוש ב-Samsung Pay

רשום כרטיסים ב-Samsung Pay כדי לבצע תשלומים, באינטרנט ומחוץ לאינטרנט.

- כדי לבצע תשלומים עם Samsung Pay, נדרש חיבור של המכשיר ל-Wi-Fi או לרשת סלולרית, תלוי באזור. 
- ייתכן שתכונה זו לא תהיה זמינה, בכפוף לאזור, ספק השירות, הדגם או הטלפון המחובר.
- הליכי ההתקנה הראשונית ורישום הכרטיס עשויים להשתנות בהתאם לאזור, לספק השירות או לדגם.

רישום כרטיסים

הקש על סמל הארנק (👛) במסך היישומים ובצע את ההוראות המופיעות על גבי המסך כדי להשלים את רישום הכרטיס.

ביצוע תשלומים

- 1 לחץ והחזק את לחצן חזרה במסך שעון היד או במסך הכניסה ב-Samsung Pay.
 - 2 הזן PIN או צייר את קו ביטול הנעילה שהגדרת.
 - 3 גלול את רשימת הכרטיסים, בחר כרטיס לשימוש, ולאחר מכן הקש על **שלם**.
 - 4 קרב את שעון היד לקורא הכרטיסים.
- כשקורא הכרטיס מזהה את פרטי הכרטיס, התשלום מעובד.
- ייתכן שתשלומים לא יעובדו בכפוף לחיבור לרשת.
 - שיטת אימות לתשלומים עשויה להשתנות בהתאם לקורא הכרטיסים.



ביטול תשלומים

תוכל לבטל תשלומים על-ידי כניסה למקום שבו ביצעת אותם. גלול ברשימת הכרטיסים כדי לבחור בכרטיס שבו ברצונך להשתמש. פעל בהתאם להוראות המוצגות על המסך להשלמת ביטול התשלום.

שימוש בכרטיסים

הוסף כרטיסי נסיעה וכניסה לסרטים, לאירועי ספורט ועוד, כדי לגשת אליהם ולהשתמש בהם במקום אחד.

Samsung Health

מבוא

Samsung Health מתעד ומנהל את הפעילות ודפוסי השינה שלך מסביב לשעון, כדי לטפח הרגלים בריאים. אפשר לשמור ולנהל נתונים הקשורים לבריאות ביישום Samsung Health של הטלפון המחובר.

אחרי אימון שנמשך פרק זמן רצוף מסוים בזמן הענידה של שעון יד, תופעל התכונה של זיהוי אוטומטי של תרגולים. בנוסף, השעון יד יודיע לך על כך ויציג בפניך כמה תנועות מתיחה שיש לבצע, או שיראה לך מסך שמעודד אותך לצאת להליכה קצרה כשהשעון יד מזהה חוסר פעילות במשך יותר מ-50 דקות. כשהשעון יד יזהה שאתה נוהג או ישן, הוא לא יציג התראות או מסך מתיחה, למרות שאינך פעיל גופנית.

לפרטים נוספים, בקר ב- www.samsung.com/samsung-health.

-  תכונות Samsung Health נועדו לצורכי פנאי, בריאות וכושר בלבד. הם אינם מיועדים לשימוש רפואי. לפני השימוש בתכונות אלה, אנא קרא בעיון את ההוראות.
- אם אתה משתמש בתכונות Samsung Health בעת ענידת מכשיר לביש אחר עם שעון היד, כמו Galaxy Ring, ייתכן שיחלוף זמן מה עד שהנתונים מכל המכשירים הלבישים שלך ישולבו, וזאת בגלל זמני הסנכרון השונים של הנתונים בין כל מכשיר לביש לבין הטלפון. כתוצאה מכך, עשויה להיות אי התאמה זמנית בין נתוני המדידה של יישום Samsung Health שבטלפון לבין שעון היד.
- סדר הופעתן של התכונות ביישום Samsung Health עשוי להשתנות לפי תחומי העניין המוגדרים שלך.

ציון אנרגיה

בדוק את ציון האנרגיה שלך על בסיס ניתוח מקיף של מדידת השינה, הפעילויות ודופק הלב בזמן השינה מדי יום, וקבל הנחיות לחיי יום-יום בריאים תוך איזון בין מנוחה לפעילות, דרך יישום Samsung Health שבטלפון המחובר שלך.

ציון האנרגיה נקבע על ידי ניתוח המגמות האחרונות.

1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.

2 הקש על **ציון אנרגיה** ובדוק את ציון האנרגיה שלך עבור היום וכן מידע נוסף שקשור לציון האנרגיה שלך. כדי לבדוק בטלפון המחובר מידע מפורט הקשור לתכונה 'ציון אנרגיה', הקש על **הצג בטלפון**.

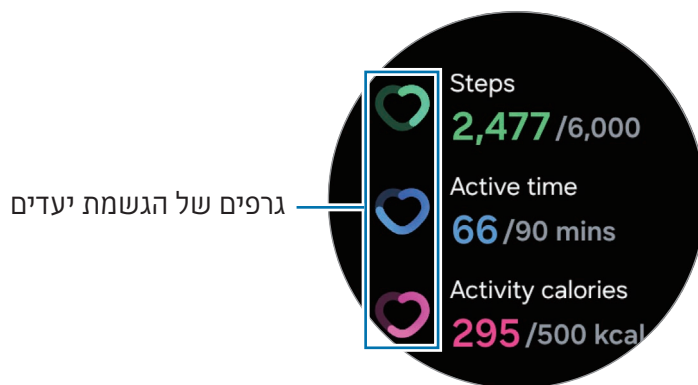
אפשר להפעיל את תכונת ציון אנרגיה מהיישום Samsung Health (גרסה 6.27 ואילך) של הטלפון המחובר. 

פעילות יומית

בדוק את המצב היומי הנוכחי, למשל צעדים, זמנים במצב פעיל, קלוריות מפעילות ויעדיהם ומידע קשור.

בדיקת הפעילות היומית שלך

הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים והקש על **פעילות יומית**.



- **צעדים:** בדוק כמה צעדים צעדת במהלך היום. כשתתקרב ליעד הצעדים שלך, הגרף יעלה.
 - **זמן פעיל:** בדוק כמה זמן בסך הכול היית פעיל גופנית במהלך היום. כשתתקרב ליעד הזמן הפעיל שלך באמצעות פעילויות קלות, כגון מתיחות או הליכה, הגרף יעלה.
 - **קלוריות מפעילות:** בדוק כמה קלוריות בסך הכול הוצאת על פעילות במהלך היום. כשתתקרב ליעד הקלוריות שלך מפעילות, הגרף יעלה.
- כדי לבדוק מידע נוסף שקשור לפעילות היומית, השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה.

הגדרת יעד הפעילות היומי

- 1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.
- 2 הקש על **פעילות יומית**, והקש על **הגדר יעדים**.
- 3 הקש על **תנועה, שעה, קלוריות**, ובחר באופציית הפעילות הרצויה עבור כל יעד.
- 4 השתמש בחוגה או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה כדי להגדיר את היעד.
- 5 הקש על **בוצע**.

צעדים

שעון היד סופר את הצעדים שלך.

מדידת ספירת הצעדים שלך

הקש על סמל בריאות (👤) במסך היישומים והקש על **צעדים**.



כדי לבדוק מידע נוסף שקשור לצעדים, השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה.

- כשתתחיל למדוד ספירת צעדים, מד הצעדים יעקוב אחר צעדיך ויציג את ספירת הצעדים רק לאחר שההיה קצרה. זאת משום שהשעון יד מאפשר זיהוי מדויק של התנועות רק אחרי התחלת הליכה. בנוסף, לספירה מדויקת של הצעדים, תיתכן שההיה קלה עד שההתראה תודיע שהגעת ליעד מסוים, ואותה התראה תופיע רק בעת השימוש ביישום Samsung Health לאחר הורדה והתקנה של היישום.
- אם תשתמש במד הצעדים בזמן נסיעה במכונית או ברכבת, הרעידות עלולות להשפיע על ספירת הצעדים.
- קומה אחת מחושבת כ-3 מטרים. ייתכן שמספר הקומות שנמדדו לא יהיה תואם למספר הקומות שעלית בפועל.
- ייתכן שמספר הקומות שנמדדות לא יהיה מדויק, בכפוף לסביבה, לתנועות שלך ולתנאי הבניינים.
- במקרה של חדירת מים (בגשם או במהלך פעילות במים) או חומרים זרים לחיישן הלחץ האטמוספרי, ייתכן שאומדן הקומות לא יהיה מדויק. אם יש על שעון היד חומר ניקוי, זיעה או טיפות גשם, שטוף את שעון היד במים נקיים ויבש ביסודיות את חיישן הלחץ האטמוספרי לפני השימוש.

הגדרת יעד הצעדים

- 1 הקש על סמל בריאות (🏥) במסך היישומים.
- 2 הקש על **צעדים**, והקש על **הגדרת יעד**.
- 3 השתמש בחוגה או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה כדי להגדיר את היעד.
- 4 הקש על **בוצע**.

אימון כושר

תעד את פרטי האימון ובדוק את התוצאות.

- לפני השימוש בתכונה זו, יש להתייעץ באיש רפואה מורשה, כגון רופא, אם אחד מהדברים הבאים נכונים לגביך:
 - אם יש לך בעיה רפואית כרונית, כגון מחלת לב או לחץ דם גבוה
 - אם את בהיריון
 - אם אינך בגיל המתאים לאימון עצמאי
- אם אתה חש סחרחורת, כאב או קושי נשימתי בעת התרגול, הפסק את התרגול מיד, ופנה לאיש רפואה מוסמך כגון רופא.
- דופק הלב נמדד מתחילת האימון. למדידה מדויקת, הקפד לענווד את שעון היד צמוד לחלקה התחתון של הזרוע, מעל לפרק כף היד. ראה **איך לענווד את שעון היד למדידות מדויקות** למידע נוסף.
- למדידה מדויקת יותר, אל תזוז עד שדופק הלב יופיע על המסך.
- ייתכן שדופק הלב לא יוצג באופן זמני, עקב מגוון תנאים כגון הסביבה, מצבך הגופני או אופן הענידה של השעון יד.

לפני ביצוע פעילות גופנית במזג אוויר קר, היה מודע לתנאים הבאים:

- יש להימנע משימוש בשעון יד במזג אוויר קר. במידת האפשר, השתמש בשעון יד במקומות סגורים.
- במקרה של שימוש בשעון יד בחוץ במזג אוויר קר, יש לכסות את שעון היד בשרוולי החולצה לפני השימוש בו.

תחילת התרגולים

1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.

2 הקש על **אימון כושר**.

 אפשר להתחיל בתרגול ישירות מכרטיס המידע **אימון כושר** אחרי שנוספו לו אימונים.

3 השתמש בחוגה, או החלק את המסך ימינה או שמאלה, כדי לבחור בסוג התרגול הרצוי.

אם סוג התרגול הרצוי לא מופיע, הקש על **הוסף**, ולאחר מכן בחר את סוג התרגול הרצוי. לחלופין, הקש על **ערוך בטלפון** כדי להוסיף לטלפון סוג אימון מתוך יישום Samsung Health.

התרגול יתחיל. בתרגולים מסוגים מסוימים, הקש על **התחל** כדי להתחיל בתרגול.

4 השתמש בחוגה, או החלק את המסך מעלה או מטה, כדי לבדוק במסך התרגול פרטים על הפעילות הגופנית כגון דופק לב, מרחק או זמן.

באפשרותך להשמיע מוזיקה על ידי החלקה שמאלה במסך.

 • כשאתה בוחר בספורט מים (שחייה, שנורקלינג וכד') מצב נעילת המים יופעל אוטומטית וייתכן שזיהוי המגע לא יהיה זמין. מצב נעילת המים מונע פעולות לא מכוונות, כמו הקשה על המסך או ביצוע הזנות, במהלך אימון במים.

• בעת בחירה באפשרות **שחייה בבריכה** או **שחייה מים פתוחים**, ייתכן שהערך שנרשם לא יהיה מדויק במקרים הבאים:

- אם הפסקת לשחות לפני שהגעת לנקודת הסיום
- אם שינית את סגנון השחייה באמצע השחייה
- אם הפסקת להניע את הזרועות לפני שהגעת לנקודת הסיום
- אם תשחה מבלי להניע את הזרועות
- אם אתה שוחה עם זרוע אחת בלבד
- אם אתה שוחה מתחת למים
- אם יצאת מהמים והלכת אחרי תחילת התרגול
- אם אינך משהה את התרגול או מפעילו מחדש, אבל מסיים את התרגול במהלך המנוחה
- כאשר מצב נעילת המים פועל, ניתן להפעיל את מסך האימון באמצעות לחיצה על לחצן חזרה.

5 החלק ימינה במסך, והקש על **סיום**.

כדי להשהות תרגול או להפעילו מחדש, החלק ימינה במסך, והקש על **השהה** או **המשך**. לחלופין, לחץ והחזק את לחצן חזרה.

- כדי לסיים את השחייה, לחץ והחזק את לחצן הבית כדי להשבית את מצב נעילת המים, נער את השעון יד כדי לסלק ממנו לחלוטין מים, על מנת להבטיח פעולה תקינה של חיישן הלחץ האטמוספרי, ולאחר מכן הקש על **אישור**.
- המוזיקה תמשיך להתנגן גם בתום האימון. להפסקת ניגון המוזיקה, הפסק את המוזיקה לפני סיום האימון, או פתח את היישום **מוסיקה** או את היישום **בקר המדיה** כדי לעצור את ניגון המוזיקה.

6 השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה בסיום האימון, לבדיקת כל תוצאות האימון.

ריבוי תרגולים

ניתן לרשום ביומן מגוון תרגולים ולהשלים אימון שלם, על-ידי תחילת כל תרגול מיד בסיום התרגול הנוכחי. החלק ימינה במסך במהלך הפעילות הגופנית, הקש על **חדש**, ולאחר מכן בחר בסוג התרגול הבא שברצונך להתחיל.

- כדי לסיים את השחייה, לחץ והחזק את לחצן הבית כדי להשבית את מצב נעילת המים, נער את השעון יד כדי לסלק ממנו לחלוטין מים, על מנת להבטיח פעולה תקינה של חיישן הלחץ האטמוספרי, ולאחר מכן הקש על **אישור**.

שבירת שיאים קודמים

כשאתה רץ או מדווש באותו מסלול, באפשרותך להשוות בין שיאי העבר והשיאים הנוכחיים שלך כדי לבדוק את ההתקדמות שהשגת ולשמור על מוטיבציה. תכונה זו זמינה אך ורק עבור אימונים מסוימים ומתארת כאן תוך שימוש בריצה כדוגמה.

- 1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.
- 2 הקש על **אימון כושר**.
- 3 השתמש בחוגה או החלק שמאלה או ימינה על המסך כדי לעבור ל **ריצה**.
- 4 הקש על סמל ההגדרות (⚙️) בתחתית המסך.

5 בחר **מרוץ** תחת **יעד**.6 התחל את האימון שלך על ידי בחירה במסלול ריצה, תוך השוואת שיאי העבר שלך תחת **מסלולים אחרונים**.

- רק אימונים שעבורם תועד יותר מ-1 ק"מ זמינים במסלולים אחרונים.
- אם לא ניתן למצוא את המסלול, הקש על **רענן** או ודא שאתה בטווח של 30 מ' מנקודת ההתחלה שלך ונסה שוב.
- כדי להציג את היסטוריית המסלולים שלך, עליך להתחיל באימון לאחר חיבור GPS. במסך הגדרות התרגול, הקש על **התחלת אימון**, ואז בחר באפשרות **ידני**.
- מוצגים רק 14 ימי האימון האחרונים.
- אם הנתיב סוטה מן השיא הקודם ביותר מאשר 10%, הרשומות לא יושוו.

התחלת תרגולים חוזרים

בתרגולים חוזרים, כמו כריעה (סקוואט) והרמת משקולות, שעון היד יספור בצפצופים כמה פעמים חזרת על התנועה. הדוגמה שכאן משתמשת בכריעות (סקוואט).

- 1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.
 - 2 הקש על **אימון כושר**.
 - 3 השתמש בחוגה, או החלק את המסך ימינה או שמאלה כדי לבחור בסוג התרגול החוזר הרצוי והתחל. אם סוג התרגול החוזר הרצוי לא מופיע, הקש על **הוסף**, ולאחר מכן בחר את סוג התרגול הרצוי. לחלופין, הקש על **ערוך בטלפון** כדי להוסיף לטלפון סוג אימון מתוך יישום Samsung Health.
 - 4 הקש על **התחל**, ועבור לתנוחה המתאימה להתחלתו, בהתאם לתנוחה המוצגת במסך. הספירה תתחיל בצפצוף.
- אם אינך עובר לתנוחה המוצגת בשעון היד, או אם התנוחה שלך משתנה במהלך האימון, הספירה עשויה שלא להתחיל או לא להתבצע בצורה נכונה.

- 5 השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה, כדי לבדוק במסך פרטים על הפעילות הגופנית, כגון דופק לב, מספר חזרות או קלוריות. באפשרותך להשמיע מוזיקה על ידי החלקה שמאלה במסך.
- 6 לאחר כל סט, צא למנוחה. לחלופין, הקש על **דלג** אם ברצונך לדלג לסט הבא בלי לנוח. התרגול יתחיל לאחר שתעבור לתנוחה המתאימה להתחלתו, בהתאם לתנוחה שמוצגת במסך.
- 7 החלק ימינה במסך, והקש על **סיום**. כדי להשהות תרגול או להפעילו מחדש, החלק ימינה במסך, והקש על **השהה** או **המשך**. לחלופין, לחץ והחזק את לחצן חזרה.
- 8 השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה בסיום האימון, לבדיקת כל תוצאות האימון.



המוזיקה תמשיך להתנגן גם בתום האימון. להפסקת ניגון המוזיקה, הפסק את המוזיקה לפני סיום האימון, או פתח את היישום **מוסיקה** או את היישום **בקר המדיה** כדי לעצור את ניגון המוזיקה.

אימון אחרי הוספת תרגול משלך

בנוסף לסוגי התרגול של ברירת המחדל ששעון היד מספק, אפשר להוסיף תרגולים משלך ולמדוד את משך הזמן ואת הקלוריות שנשרפו ולאחר מכן לבדוק את תוצאות האימון.

- 1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.
- 2 הקש על **אימון כושר**.
- 3 הקש על **הוסף** ← **צור תרגול חדש**.
- 4 הזן שם והגדר את תצורת האימון שלך.
 - **נתונים לרישום:** בחר בנתוני האימון לתיעוד.
 - **קטגוריה:** בחר קטגוריה לאימון.
- 5 הקש על **שמור**. האימון שלך יתווסף.
- 6 בחר את התרגול שהוספת, והתחל.

יצירת שגרות משלך

באפשרותך ליצור שגרות אימון משלך על ידי שילוב תרגילים שונים לפי בחירה, כולל חימום וזמני מנוחה. לדוגמה, ניתן ליצור שגרת אימונים שעוברת בין תרגילים בעצימות גבוהה ועצימות נמוכה, על מנת ליצור אימון באינטרוולים.

- 1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.
- 2 הקש על אימון כושר.
- 3 הקש על הוסף ← צור שגרת אימונים.
- 4 הזן שם והגדר את השגרה שלך.
 - **חימום:** הוסף תרגילי חימום לשגרה שלך והגדר חימום שתוכל לבצע לפני האימון.
 - **הוספת תרגילים:** בחר אימון להוספה לשגרה שלך.
 - **התקררות:** הוסף אימון קירור לשגרה כדי להתאושש לאחר התרגול והגדר אותו.
 - **כלול הפסקות:** הוסף פרקי זמן של מנוחה בין התרגילים.
 - **מעגלים:** הגדר את מספר החזרות עבור השגרה.
- 5 הקש על שמור.
- השגרה שלך תתווסף.
- 6 בחר את השגרה שהוספת, והתחל.

שימוש בלחצן המהיר במהלך אימון (Galaxy Watch8 Classic)

אם הגדרת תכונה עבור הלחצן המהיר בתוך Samsung Health, באפשרותך להשתמש בלחצן המהיר כדי להתחיל ולשלוט באימון שלך.

- 1 הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים, ואז הקש על האפשרות **לחצנים ומחוות** ← **פעולה**.
- 2 בחר **Samsung Health**.

כדי לבחור תרגיל שיתחיל או רשימת תרגילים שתיפתח באמצעות הלחצן המהיר, הקש על סמל ההגדרות (⚙️).
- 3 לחץ על הלחצן המהיר כדי להתחיל באימון שנבחר או לפתוח את רשימת האימונים.

4 לאחר תחילת האימון, ניתן לבצע את הפעולות הבאות כדי לשלוט באימון בלחיצה על הלחצן המהיר:

- לחץ על הלחצן המהיר במהלך אימון כדי להשהות או לחדש את האימון.
- לחץ פעמיים על הלחצן המהיר במהלך ריצה או דיווש כדי לתעד הקפה באופן ידני.
- לחץ והחזק את הלחצן המהיר במהלך אימון כדי לסיים את האימון.
- לחץ והחזק את הלחצן המהיר במהלך אימון שגרתי כדי לעבור לאימון הבא. אם זהו התרגיל האחרון, אפשר לסיים את האימון.

הגדרת התרגול

1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.

2 הקש על אימון כושר.

3 הקש על סמל ההגדרות (⚙️) מתחת לכל סוג תרגיל, והגדר אפשרויות תרגול שונות.

- **יעד:** הפעל את התכונה של יעד התרגול, והגדר אותה.
- **השהה בעת השגת היעד:** הגדר את שעון היד כדי להשהות את האימון אוטומטית עם ההגעה ליעד.
- **מסך אימון כושר:** הגדר את המסכים שמופיעים במהלך האימון.
- **מדריך מפוצל:** הגדר יעד הקפות וקבל התראה עם ההגעה להקפה שהגדרת כיעד. 
- **אזורי דופק לב:** הגדר את אזורי דופק הלב וקבל התראות כדי להזכיר לך להתאמן באזור היעד של דופק הלב שלך.
- **השהיה אוטו':** הגדר את תכונת התרגול של שעון היד להשהיה אוטומטית כאשר אתה מפסיק להתאמן.
- **התחלת אימון:** הגדר כיצד להתחיל תרגול.
- **המדריך הקולי:** הפעל את המדריך הקולי, לבדיקת שמע של היעד וההקפות.
- **מסך מופעל תמיד:** הגדר את המסך כך שיפעל תמיד במהלך אימונים.
- **זיהוי אימוני כושר אוטומטי:** הפעל את התכונה לזיהוי אוטומטי של תרגולים, והגדר אותה. ראה [תכונת זיהוי אוטומטי של תרגולים](#) למידע נוסף.
- **נתיב:** בחר את הנתיב שלך בזמן ריצה במסלול.

- **אורך הבריכה:** הגדר אורך בריכה.
- **בדוק מיקום לפני שתתחיל:** הפעל או כבה את בדיקת התנוחה לפני תחילת אימון.
- באפשרותך גם לשנות הגדרות מסוימות ממש לפני תחילת האימון או תוך כדי אימון. לפני התחלת האימון, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך הספירה לאחור או במסך ה-GPS. לחלופין, במהלך האימון, החלק ימינה במסך, והקש על **הגדרות**.
- האפשרויות הזמינות של הגדרת התרגול עשויות להשתנות בהתאם לסוג התרגול.

תכונת זיהוי אוטומטי של תרגולים

- לאחר אימון רציף במשך פרק זמן מסוים במהלך ענידת שעון יד, הוא מזהה אוטומטית שאתה מתאמן ומתעד מידע אודות האימון כגון סוג האימון, משכו והקלוריות שנשרפו.
- אם תעצור למשך יותר מ-90 שניות, שעון היד יזהה אוטומטית שהפסקת לתרגל, והתיעוד יסתיים.
- אפשר לעיין ברשימת האימונים שבהם תומכת התכונה של זיהוי תרגולים אוטומטי. במסך היישומים, הקש על סמל הבריאות (👤) והקש על **הגדרות** ← **פעילויות לזיהוי**. אם אין זיהוי אוטומטי של האימונים, הפעל את תכונת הזיהוי האוטומטי של התרגולים, והקש על המתג של סוג האימון המשתמש בתכונה זו תחת **פעילויות לזיהוי**.
 - תכונת הזיהוי האוטומטי של התרגולים מודדת דבר מה, למשל הזמן שהקדשת לאימון והקלוריות ששרפת, באמצעות חיישן התאוצה וחיישן דופק הלב. ייתכנו אי-דיוקים במדידות, בהתאם לאופן ההליכה, לתכנית האימון ולאורח החיים שלך.

אימונים השבוע

אפשר לבדוק את היסטוריית התרגולים, הממוינת לפי תאריך וסוג התרגול.

- 1 הקש על סמל בריאות (👤) במסך היישומים.
- 2 הקש על **אימונים השבוע**.
- 3 השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה, כדי לבדוק את כל היסטוריית התרגולים שלך.

מאמן ריצה

קבל תוכנית מאמן ריצה מומלצת, שמתאימה לרמת הריצה שלך. אפשר לקבל מסרים מהמאמן תוך כדי הפעילות.

מדידת רמת הריצה שלך

לפני אימון עם תכונת מאמן הריצה, יש לבצע בדיקת ריצה כדי למדוד את רמת הריצה שלך.

- 1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **מאמן ריצה**.
- 3 הקש על האפשרות **הבא**.
היישום Samsung Health יפתח בטלפון המחובר שלך.
- 4 הקש על האפשרות **מסכים**.
- 5 הזן את המידע לפי ההוראות המופיעות במסך, והקש על האפשרות **הבא**.
- 6 הקש על האפשרות **התחל** בשעון היד, והתחל בבדיקת הריצה.
בסיום הבדיקה, אפשר לעיין ברמת הריצה שנמדדה.

אימון עם מאמן ריצה

- 1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **מאמן ריצה**.
- 3 הקש על האימון הרצוי, והקש על האפשרות **התחל** ← **התחל**.
תוך כדי ריצה, יינתנו לך מסרי מאמן לשמירה על קצב נכון.

שינה

נתח ותעד את השינה שלך על-ידי מדידה של דופק הלב והתנועה במהלך השינה.

 התכונה מיועדת לרווחה הכללית ולכושר שלך בלבד. לכן, אין להשתמש בה למטרות רפואיות, למשל לאבחון תסמינים, לטיפול או למניעת מחלות.

-  • ארבעת המצבים (ערות, REM, קלה, עמוקה) של דפוס השינה ינותחו לפי תזוזותיך ולפי השינויים בדופק הלב במהלך השינה. בטלפון המחובר, אפשר לבדוק בגרף כל מצב שינה שנמדד.
- אפשר לבדוק ניתוח שינה מפורט רק כשהשעון יד מחובר לטלפון.
- לפני ביצוע מדידה, הטען את סוללת שעון היד כך שתהיה יותר מ-30%.
- למדידה מדויקת, הקפד לענוד את שעון היד צמוד לחלקה התחתון של הזרוע, מעל לפרק כף היד. ראה [איך לענוד את שעון היד למדידות מדויקות](#) למידע נוסף.

מדידת השינה שלך

- 1 ענוד את שעון היד במהלך השינה.
- שעון היד יתחיל למדוד את השינה שלך.
- 2 הקש על סמל בריאות (🏠) במסך היישומים אחרי שהתעוררת.
- 3 הקש על **שינה**.
- 4 השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה, כדי לבדוק את כל המידע שקשור לשינה הנמדדת.

שימוש בתכונת זיהוי הנחירות

- 1 הקש על סמל בריאות (🏠) במסך היישומים.
- 2 הקש על **הגדרות** ← **שינה**.
- 3 הקש על **זיהוי נחירות**.
- היישום Samsung Health יפתח בטלפון המחובר שלך.
- 4 הקש על המתג כדי להפעילו.

- 5 בחר **תמיד תחת זיהוי נחירות** למדידת הנחירה שלך בזמן שאתה ישן.
- 6 לפני השינה, חבר את הטלפון למטען ומקם את מיקרופון הטלפון כך שיפנה לכיווןך. בעת ענידת שעון היד, במהלך השינה, הנחירה שלך תימדד עם שאר רשומות השינה.
- אפשר להפעיל את תכונת זיהוי הנחירות מהיישום Samsung Health (גרסה 6.18 ואילך) של הטלפון המחובר. 
- נחירות עשויות לא להימדד אם אינך מגדיר את תכונת זיהוי נחירות ל **תמיד**, אם אינך מחבר את הטלפון למטען לפני השינה, או אינך ממקם את מיקרופון הטלפון כך שיפנה לכיווןך לפני השינה.

שימוש בתכונה של טמפרטורת גוף בזמן השינה

תעד את השינוי בטמפרטורת העור במהלך השינה, וקבל סיוע ביצירה של סביבה מותאמת לשינה.

- 1 הקש על סמל בריאות  במסך היישומים.
 - 2 הקש על **הגדרות** ← **שינה**.
 - 3 הקש על המתג **טמפרטורת הגוף במהלך שינה** כדי להפעילו.
- בעת ענידת שעון היד, טמפרטורת הגוף שלך, יחד עם שאר רשומות שינה אחרות יימדדו במהלך השינה.
- מדידה שוטפת של טמפרטורת העור בזמן השינה תרוקן את הסוללה מהר מהרגיל. 
 - השעון יד עשוי למדוד את טמפרטורת העור גם אם אינך ישן, משום שהשעון יד יכול לזהות את מצב השינה שלך במהלך קריאת ספרים או צפייה בטלוויזיה או בסרטים.
 - ענוד את השעון יד צמוד, כדי למנוע מרווחים בין פרק כף היד לשעון היד, עקב התהפכות במהלך השינה.
 - אם אתה לובש מכשיר לביש אחר בנוסף לשעון יד, כגון Galaxy Ring, הנתונים של טמפרטורת העור שנמדדים במהלך השינה אינם משולבים והנתונים שנמדדים באמצעות Galaxy Ring יוצגו.

תרופות

באפשרותך להקליט ולנהל את התרופות שלך ולקבל תזכורות בזמנים מתוכננים. אפשר גם לבדוק ולנהל מידע על תרופות, שנשמר ביישום Samsung Health של הטלפון המחובר.

ייתכן שתכונה זו לא תהיה זמינה, בהתאם לאזור. 

הוספת מידע על תרופות

- 1 הקש על סמל בריאות (👤) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **תרופות** ← **הוסף בטלפון**. היישום Samsung Health יפתח בטלפון המחובר שלך.
- 3 הקש על **התחל**.
- 4 הזן את שם התרופה בשדה החיפוש. אם לא מופיעה תרופה הרצויה לך, הקש על האפשרות **הוסף תרופה מותאמת**, והזן ידנית את שם התרופה.
אם יש מרשם, הקש על האפשרות **השתמש בתמונה של מרשם** או באפשרות **סרוק את המרשם בעזרת מצלמה**, והוסף את התרופה.
- 5 הזן את פרטי התרופה ואת הצורה שלה, לוח הזמנים לנטילתה, סגנון התזכורת ועוד, לפי ההוראות שבמסך, וסיים את תהליך ההוספה.

רישום צריכת תרופות

בחירה באפשרות **בינונית** או **חזקה** בתור **סגנון תזכורת** תאפשר לך לקבל התראה בזמן המתוכנן לנטילת התרופה. גרור את סמל הנטילה (✓) אל מחוץ למעגל הגדול כדי לתעד את התרופה שלקחת. לחלופין, סובב או החלק את החוגה נגד כיוון השעון.

בחירה באפשרות **קלה** בתור **סגנון תזכורת** תציג את ההודעות על התרופה בלוח ההתראות. הקש על לוח ההתראות, והקש על אפשרות **הקח**.

הוספת רישום של תרופות שנלקחו לפי הצורך

אפשר להוסיף רישום של תרופות שנלקחו לפי הצורך.

- 1 הקש על סמל בריאות (👤) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **תרופות** ← **רשום כתרופה הנלקחת לפי הצורך**.
- 3 הקש על האפשרות **זמן לקיחה**.

4 הקש על שדה הקלט, והשתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה כדי לציין מתי התרופה נלקחה.

5 הקש על האפשרות **שמור**.

6 הקש על התרופות שלקחת, והקש על אפשרות **הקח**.
כדי להגדיר מינון, אפשר להקיש על שם התרופה.

מחיקת יומנים

1 הקש על סמל בריאות (🏥) במסך היישומים.

2 הקש על האפשרות **תרופות**, ואז על האפשרות **מחק פריטים מהיומן**.

3 בחר את הנתונים שאתה מעוניין למחוק, והקש על **מחק**.

מזון

תעד את צריכת הקלוריות שלך במהלך היום, והשווה אותה ליעד, לעזרה בניהול המשקל.

תיעוד הקלוריות

1 הקש על סמל בריאות (🏥) במסך היישומים.

2 הקש על **מזון**.

3 הקש על האפשרות **הזן**, הקש על סוג הארוחה בראש המסך, ואז בחר אחת מהאפשרויות.

4 השתמש בחוגה או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה כדי להגדיר את צריכת הקלוריות, ולאחר מכן הקש על **בוצע**.

5 בדוק את צריכת הקלוריות שלך להיום.

כדי לבדוק מידע נוסף שקשור לצריכת קלוריות, השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה.

מחיקת יומנים

1 הקש על סמל בריאות (🏥) במסך היישומים.

2 הקש על **מזון**, והקש על **מחק**.

3 בחר את הנתונים שאתה מעוניין למחוק, והקש על **מחק**.

הגדרת יעד לצריכת קלוריות

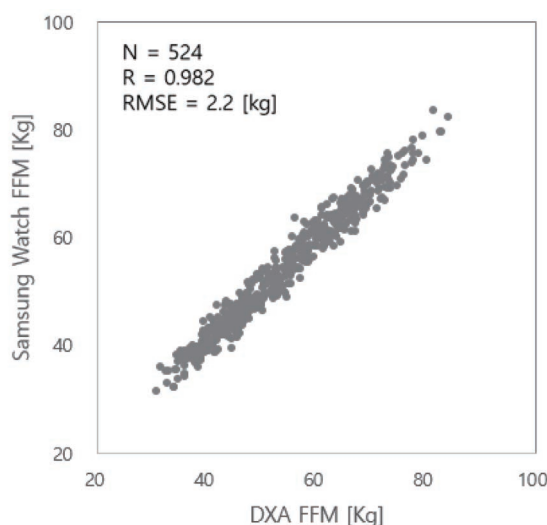
- 1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.
- 2 הקש על **מזון**, והקש על האפשרות **הגדרת יעד**.
- 3 השתמש בחוגה או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה כדי להגדיר את היעד.
- 4 הקש על **בוצע**.

הרכב הגוף

מדוד את הרכב הגוף שלך, למשל מסת שלד ושריר או מסת שומן.

-  התכונה מיועדת לרווחה הכללית ולכושר שלך בלבד. לכן, אין להשתמש בה למטרות רפואיות, למשל לאבחון תסמינים, לטיפול או למניעת מחלות.
- אין למדוד את הרכב הגוף אם מושתל אצלך קוצב לב או דפיברילטור, או אם יש בגופך כל מכשיר אלקטרוני אחר.
- זרם חשמלי נמוך עובר בגופך בעת מדידת הרכב הגוף. למרות שאינו מזיק לבני אדם, אין למדוד את הרכב הגוף בזמן היריון.
-  למדידה מדויקת, הקפד לענוד את שעון היד צמוד לחלקה התחתון של הזרוע, מעל לפרק כף היד. ראה **איך לענוד את שעון היד למדידות מדויקות** למידע נוסף.
- למדידה מדויקת של הרכב הגוף, יש להזין את הגובה, המשקל והמין בפועל שלך בפרופיל של הטלפון המחובר ביישום Samsung Health וכן להזין את תאריך הלידה שלך בפועל ב-Samsung account שלך. אם תוצאות הרכב הגוף שנמדדו לא מדויקות, יש לעיין בפרופיל המשתמש שלך ביישום Samsung Health בטלפון ולשנות זאת.
- בניגוד למכשירים מקצועיים למדידת הרכב הגוף, שעון היד, שאותו יש לענות על פרק כף היד, מודד את הרכב פלג הגוף העליון, ומעריך את הרכב שאר הגוף כדי לספק תוצאות. לכן ייתכנו אי-דיוקים בתוצאות של הרכב הגוף הנמדד, במקרים הבאים:
 - אם אין מספיק איזון בין הרכב פלג הגוף העליון והתחתון
 - במקרה של השמנת יתר משמעותית
 - אם אתה שרירי מאוד

- שעון היד משתמש בניתוח עכבה ביואלקטרית (BIA) למדידת הרכב הגוף, שנותנת דיוק עם מתאם של 98% בהשוואה לבדיקה בשיטת DXA (Dual-energy X-ray absorptiometry), הנחשבת לתקן הזהב.

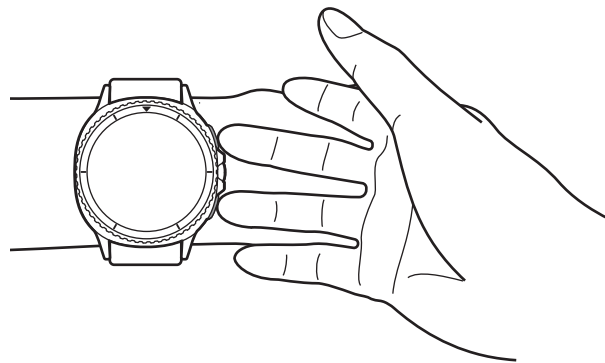


לפני מדידת הרכב הגוף, חשוב לשים לב לתנאים הבאים:

- אם גילך פחות מ-20, ייתכן שהתוצאות לא יהיו מדויקות בעת מדידת הרכב הגוף.
- אפשר לקבל תוצאות מדויקות יותר של הרכב הגוף לפי תנאי המדידה הבאים:
 - מדידה באותה השעה ביום (מומלץ למדוד בבוקר)
 - מדידה על בטן ריקה
 - מדידה אחרי ביקור בשירותים
 - מדידה כשאין וסת
 - מדידה לפני פעילויות שמעלות את טמפרטורת הגוף, כמו אימון, רחצה או ביקור בסאונה.
 - מדידה אחרי הסרה של עצמים ממתכת מהגוף, למשל שרשרת
 - שימוש ברצועה הכלולה בשעון היד במקום ברצועת מתכת

מדידת הרכב הגוף שלך

- 1 הקש על סמל בריאות (🏥) במסך היישומים.
- 2 הקש על הרכב הגוף.
- 3 הקש על מדוד. 📏
- במסך, אפשר ללמוד בפירוט כיצד למדוד את הרכב הגוף, בהקשה על **כיצד למדוד**.
- 4 הזן את משקלך, והקש על **אשר**.
- 5 הנח שתי אצבעות על לחצני הבית וחזרה, לפי ההוראות במסך, כדי להתחיל במדידת הרכב הגוף.



היציבה הנכונה למדידת הרכב הגוף בעת ענידת השעון יד על פרק כף היד השמאלי, כאשר הלחצנים נמצאים בצד ימין

יציבה נכונה למדידה 📏

- שמור את שתי הזרועות בגובה החזה, ללא מגע עם הגוף.
- יש למנוע מגע בין שתי האצבעות המונחות על לחצני בית וחזרה. כמו כן, אין לגעת באף חלק של השעון יד מלבד הלחצנים.
- כדי לקבל תוצאות מדידה מדויקות, יש לשמור על היציבות ולהימנע מתנועה.
- האות עלול להיתקל בהפרעות אם האצבע יבשה. במקרה כזה, יש למדוד את הרכב הגוף אחרי מריחה של טונר או תחליב, כדי לשמור על לחות של עור האצבע.
- ייתכן שתוצאות המדידות לא יהיו מדויקות, עקב יובש של העור או של השיער.
- נקה בניגוב את גב שעון היד לפני מדידה לקבלת תוצאות מדידה מדויקות.

- 6 תוצאות המדידה של הרכב הגוף יופיעו במסך.
כדי לבדוק מידע נוסף שקשור להרכב הגוף, השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה.

קשיבות

נהל את בריאות הנפש שלך בחיים השוטפים על ידי תיעוד מצב הרוח שלך או תרגול נשימה.

תיעוד מצבי רוח

עקוב אחר מצב הרוח שלך בחיי היומיום, ומצא גורמים שמשפיעים על מצבך הנפשי.

- 1 הקש על סמל בריאות (🧠) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **בדיקת מצב רוח** תחת **קשיבות**.
- 3 הקש על האפשרות **רישום**, ותעד את מצב הרוח שלך לפי ההוראות שבמסך.

תרגול נשימה

- 1 הקש על סמל בריאות (🧠) במסך היישומים.
 - 2 הקש על האפשרות **תרגילי נשימה** תחת **קשיבות**.
 - 3 הקש על האפשרות **התחל**, ובחר בתרגיל הנשימה הרצוי.
 - 4 התחל בתרגיל הנשימה לפי ההוראות המופיעות במסך.
- כדי להפסיק את תרגיל הנשימה, הקש על סמל העצירה (■).

מעקב מחזור

יש להזין מידע על המחזור שלך כדי להתחיל לעקוב אחר מחזור הווסת. הזנת המידע תאפשר לך לקבל נתוני חיזוי, למשל תאריך הווסת החזוי הבא. בעזרת מידע על טמפרטורת העור שלך בזמן השינה, אפשר לשפר את נתוני החיזוי, אם התכונה הקשורה נתמכת באזורך.

⚠ כשהתכונה של חיזוי המחזור עם טמפרטורת עור נתמכת

- מעקב אחר המחזור זמין לחיזוי של המחזור והווסת. לא מיועד לשימוש כאמצעי מניעה.
- תכונה זו לא עוזרת למעקב אחר הביוץ במקרה של נטילה נוכחית של אמצעים הורמונליים לבקרת היריון או במקרה של טיפול הורמונלי נוכחי שמעכב ביוץ.
- מידע זה מיועד לעיון אישי בלבד.
- התחזיות עשויות להשתנות לפי השימוש בשעון היד, קלט הנתונים, תנאי הסביבה וגורמים נוספים.
- כדי לשפר את רמת הדיוק של התחזיות, מומלץ לענווד את שעון היד לפחות ארבע שעות בזמן השינה בלילה, חמש פעמים בשבוע.
- לא מיועד לאבחון של שום מחלה או מצב בריאותי, ולא לריפוי שלהם, להקלתם, לטיפול בהם או למניעתם.
- אין לפרש את התחזיות ואין לנקוט פעולה רפואית על פיהן, ללא התייעצות באיש רפואה מוסמך.
- תכונה זו אינה מיועדת למשתמשים מתחת לגיל 18 שנה.
- הזמינות עשויה להשתנות לפי המדינה, האזור, ספק השירות, דגם שעון היד או הטלפון המחובר.

**כשהתכונה של חיזוי המחזור עם טמפרטורת עור אינה נתמכת**

- תכונה זו מיועדת אך ורק לניהול ולמעקב של מחזור הווסת שלך. לכן, אין להשתמש בה למטרות רפואיות, כגון אבחון של התסמינים או טיפול במחלות או מניעתן.
- תכונה זו אינה מיועדת להיות בשימוש עבור תכנון או מניעת הריון.
- התאריכים החזויים מיועדים לעיון אישי בלבד. התאריכים החזויים עשויים להשתנות מהתאריכים בפועל.
- מתחת לגיל 18, יש להשתמש בתכונה זו בהשגחת מבוגר.
- אין לקבל שום החלטה רפואית על סמך התאריכים החזויים, מבלי להתייעץ ברופא. כמו כן, אין להשתמש במידע שמגיע מהיישום Samsung Health, ואין לנקוט פעולה רפואית ללא התייעצות במומחה רפואי מוסמך.
- כדי להשתמש בתכונה זו בשעון היד, יש להפעיל את תכונת מעקב המחזור ביישום Samsung Health אצלך בטלפון.
- ייתכן שהתאריכים החזויים לא יהיו מדויקים, במקרה של נטילת אמצעים למניעת הריון או טיפול הורמונלי לדיכוי ביוץ. (רק כשהתכונה של חיזוי המחזור עם טמפרטורת עור אינה נתמכת)
- התאריכים החזויים עשויים להשתנות לפי המידע שהוזן. (רק כשהתכונה של חיזוי המחזור עם טמפרטורת עור אינה נתמכת)
- ייתכן שתכונות מסוימות לא יהיו זמינות, בהתאם לדגם.

**הזנת מידע המחזורים שלך**

- 1 הקישי על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.
- 2 הקישי על **מעקב מחזור**.
- 3 הקישי על **הזן מחזור**.
- 4 הקישי על שדה הקלט, והשתמשי בחוגה, או החליקי את המסך כלפי מעלה או מטה, כדי להגדיר תאריך התחלה של מחזור.
- 5 הקישי על **שמור**.
- 6 כדי לבדוק מידע נוסף שקשור למעקב המחזור, יש להשתמש בחוגה, או להחליק את המסך כלפי מעלה או מטה.

חיזוי של מחזור הווסת על-ידי מדידת טמפרטורת העור

- 1 הקישי על סמל בריאות (👤) במסך היישומים.
 - 2 הקישי על הגדרות.
 - 3 הקישי על האפשרות **נבאי את המחזור באמצעות טמפ' העור**.
- היישום Samsung Health יפתח בטלפון המחובר שלך, והתכונה **נבאי את המחזור באמצעות טמפ' העור** תופעל.
- אם את לובשת מכשיר לביש אחר בנוסף לשעון יד, כגון Galaxy Ring, הנתונים של טמפרטורת העור שנמדדים במהלך השינה אינם משולבים ובאפשרותך לבחור באיזה מכשיר לביש להשתמש לצורך חיזוי המחזור החודשי שלך על ידי מדידת טמפרטורת העור שלך ישירות בתוך יישום Samsung Health בטלפון המחובר.
 - ייתכן שתכונה זו לא תהיה זמינה, בהתאם לאזור.

דופק לב

מדוד ותעד את דופק הלב שלך.

- ⚠ מד דופק הלב של שעון היד נועד למטרות אימון ומידע בלבד, ואינו מיועד לשימוש אבחוני של מחלות או מצבים אחרים, או לריפוי, לשיכוך, לטיפול או למניעה של מחלות.
- 📝 למדידה מדויקת, הקפד לענווד את שעון היד צמוד לחלקה התחתון של הזרוע, מעל לפרק כף היד. ראה **איך לענווד את שעון היד למדידות מדויקות** למידע נוסף.

שים לב לתנאים הבאים לפני מדידת דופק הלב:

- יש לנוח למשך חמש דקות לפני המדידה.
- במקרה שתוצאת המדידה שונה במידה ניכרת מדופק הלב הצפוי, הישאר במצב מנוחה למשך 30 דקות ולאחר מכן חזור על המדידה.
- בחודשי החורף או במזג אוויר קר, שמור על חימום הגוף במהלך מדידת דופק הלב.
- עישון או צריכת אלכוהול לפני ביצוע המדידות עלולים להעלות את דופק הלב ולגרור לשינוי דופק הלב בהשוואה לדופק הרגיל.

- אין לדבר, לפהק או לנשום עמוק בזמן מדידת דופק הלב. הדבר עלול לגרום לאי דיוקים במדידת דופק הלב.
- מדידת דופק לב עלולה להשתנות בהתאם לשיטת המדידה ותנאי הסביבה.
- אם החיישן לא פועל, בדוק את מיקום שעון היד על פרק כף היד, וודא ששום דבר לא חוסם את החיישן. אם הבעיה בחיישן נמשכת, פנה למרכז שירות של Samsung או למרכז שירות מורשה.

מדידה ידנית של דופק הלב

- 1 הקש על סמל בריאות (🏠) במסך היישומים.
 - 2 הקש על האפשרות **דופק לב**.
 - 3 הקש על **מדוד** כדי להתחיל במדידת דופק הלב.
 - 4 בדוק את הדופק-לב הנמדד במסך.
- כדי לבדוק מידע נוסף שקשור לדופק לב, השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה.

שינוי הגדרות מדידה של דופק הלב

- 1 הקש על סמל בריאות (🏠) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **דופק לב**.
- 3 הקש על **הגדרות**, ובחר את שיטת המדידה תחת **מדידה**.
 - **מדידה רצופה**: דופק הלב יימדד ברציפות.
 - **אחת ל-10 דק'**: במצב מנוחה, הדופק יימדד כל 10 דקות.
 - **ידני בלבד**: דופק הלב יימדד באופן ידני בלבד בהקשה על **מדוד**.

הגדרה של התרעת דופק הלב

אפשר לקבל התרעה כשדופק הלב גבוה או נמוך מערך דופק הלב במצב מנוחה שהגדרת, ונשאר כך יותר מ-10 דקות.

- 1 הקש על סמל בריאות (🏠) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **דופק לב**.
- 3 הקש על **הגדרות**, והגדר את דופק הלב תחת **התראות דופק לב**.
 - **דופק לב מהיר**: הגדר קבלת התרעה כשדופק הלב גבוה באופן עקבי מערך דופק הלב שהגדרת.
 - **דופק לב נמוך**: הגדר קבלת התרעה כשדופק הלב נמוך באופן עקבי מערך דופק הלב שהגדרת.

לחץ

אפשר לבדוק את רמת המתח בעזרת נתונים ביולוגיים הנאספים מהשעון יד ולהפחית לחץ עם תרגול הנשימה של שעון היד.

-  ככל שתמדוד את רמת הלחץ בתדירות גבוהה יותר, כך התוצאות יהיו מדויקות יותר, הודות לנתונים המצטברים.
- רמת הלחץ הנמדדת לא קשורה בהכרח למצבך הרגשי.
- לא ניתן למדוד את רמת הלחץ כשאתה ישן, מתאמן, נמצא בתזוזה רבה או מיד בסיום אימון.
- למדידה מדויקת, הקפד לענווד את שעון היד צמוד לחלקה התחתון של הזרוע, מעל לפרק כף היד. ראה **איך לענווד את שעון היד למדידות מדויקות** למידע נוסף.
- ייתכן שתכונה זו לא תהיה זמינה, בהתאם לאזור.

מדידה ידנית של רמת הלחץ

- 1 הקש על סמל בריאות (🏠) במסך היישומים.
- 2 הקש על **לחץ**.
- 3 הקש על **מדוד** כדי להתחיל במדידת הלחץ. בדוק את רמת הלחץ הנמדדת במסך.

הקלת מתחים באמצעות תכונת הקשיבות

- 1 הקש על סמל בריאות (🧘) במסך היישומים.
- 2 הקש על לחץ.
- 3 הקש על האפשרות **עבור אל 'קשיבות'**, והתחל לתעד את מצב הרוח שלך ולתרגל נשימה. ראה **קשיבות** למידע נוסף.

שינוי הגדרות מדידה של הלחץ

- 1 הקש על סמל בריאות (🧘) במסך היישומים.
- 2 הקש על לחץ.
- 3 הקש על **הגדרות**, ובחר את שיטת המדידה תחת **מדידה**.
 - **מדידה רצופה**: רמת הלחץ שלך תימדד ברציפות. אפשר גם לקבל התראה כשרמת המתח שלך נשארת גבוהה לזמן ממושך.
 - **ידני בלבד**: רמת הלחץ תימדד באופן ידני בלבד בהקשה על **מדוד**.

רמת החמצן בדם

מדוד את רמת החמצן בדם, כדי לבדוק אם הדם מספק חמצן כראוי לחלקי הגוף.  התכונה מיועדת לרווחה הכללית ולכושר שלך בלבד. לכן, אין להשתמש בה למטרות רפואיות, למשל לאבחון תסמינים, לטיפול או למניעת מחלות.

לפני מדידה של רמת החמצן בדם, שים לב לתנאים הבאים:

- יש לנוח למשך חמש דקות לפני המדידה.
- בחודשי החורף או במזג אוויר קר, שמור על חימום הגוף במהלך מדידה של רמת החמצן בדם.
- המדידות של רמת החמצן בדם רמה עשויות להשתנות בהתאם לשיטת המדידה ותנאי הסביבה.

מדידה ידנית של רמת החמצן בדם

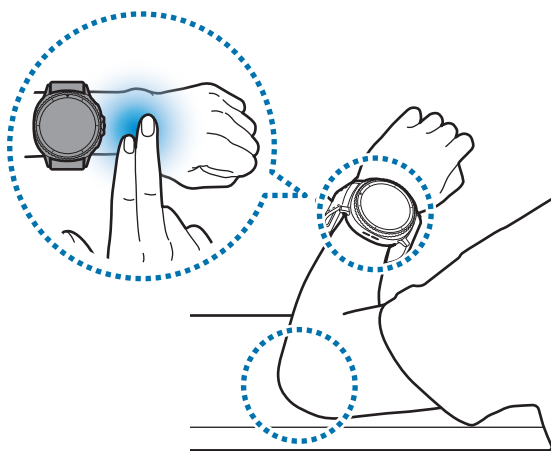
1 הקש על סמל בריאות (🏥) במסך היישומים.

2 הקש על האפשרות **רמת החמצן בדם**.

3 הקש על **מדוד** כדי להתחיל במדידה של רמת החמצן בדם.

יציבה נכונה למדידה 📖

- למדידות מדויקות, הקפד לענווד את שעון היד צמוד לחלק התחתון של הזרוע, מעל לפרק כף היד, ולהשאיר מרווח של שתי אצבעות. בנוסף, יש להניח את המרפק על השולחן, תוך שמירת פרק כף היד קרוב ללב.



- יש להימנע מתנועה ולשמור על היציבה הנכונה עד לסיום המדידה.
- במסך, אפשר ללמוד בפירוט כיצד למדוד את רמת החמצן בדם, בהקשה על **כיצד למדוד**.
- אם רמת החמצן בדם אינה נמדדת כראוי, שחרר את הרצועה בחור אחד או יותר וענווד את שעון היד צמוד יותר למרפק. למדידה מדויקת, הקפד לענווד את שעון היד צמוד לחלקה התחתון של הזרוע, מעל לפרק כף היד. לפני המדידה, ודא כי שעון היד הדוק אולם שאינך מרגיש אי נוחות כלשהי.

4 בדוק את רמת החמצן בדם הנמדדת במסך. אם רמת החמצן בדם שלך במצב מנוחה נמצאת בין 95% ל-100%, היא נמצאת בטווח התקין.

מדידה של רמת החמצן בדם במהלך השינה

קבע הגדרה זו כדי למדוד את רמת החמצן בדם באופן שוטף במהלך השינה.

1 הקש על סמל בריאות (🏥) במסך היישומים.

2 הקש על הגדרות ← שינה.

3 הקש על המתג **רמת החמצן בדם בזמן שינה** כדי להפעילו.

בעת ענידת שעון היד, רמת החמצן בדם במצב שינה תימדד במהלך השינה שלך עם רשומות שינה אחרות.

-  מדידה שוטפת של רמת החמצן בדם בזמן השינה תרוקן את הסוללה מהר מהרגיל.
- אפשר לראות את האור מחיישן האותות הביולוגיים האופטי מהבהב במהלך מדידה של רמת החמצן בדם.
- השעון יד עשוי למדוד את רמת החמצן בדם גם אם אינך ישן, משום שהשעון יד יכול לזהות את מצב השינה שלך גם בעת קריאת ספרים או צפייה בטלוויזיה או בסרטים.
- ענוד את השעון יד צמוד, כדי למנוע מרווחים בין פרק כף היד לשעון היד, עקב התהפכות במהלך השינה.

מים

תעד ועקוב אחר כמות המים שאתה שותה.

רישום צריכת המים

- 1 הקש על סמל בריאות (🏠) במסך היישומים.
 - 2 הקש על **מים**.
 - 3 הקש על **250 מ"ל +** בכל פעם שאתה שותה מים.
- אם הוספת בשוגג ערך שגוי, בחר **מחק** בחר את הנתונים למחיקה ולאחר מכן הקש על **מחק**.
- כדי לשנות את קיבולת הספל, הקש על **הגדר גודל כוס** ושנה אותו לקיבולת הרצויה. 

הגדרת צריכת היעד שלך

- 1 הקש על סמל בריאות (🏠) במסך היישומים.
- 2 הקש על **מים** ← **הגדרת יעד**.
- 3 השתמש בחוגה או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה כדי להגדיר את היעד היומי.
- 4 הקש על **בוצע**.

אינדקס AGEs

תוצרי גליקציה מתקדמים (AGEs) הם כימיקלים הנוצרים מחיבור של חלבונים או שומנים בגוף לסוכר. חומר זה נצבר במרבית החלקים בגוף, לרבות כלי דם, איברים, מפרקים ורשתיות, וגורם להזדקנות ולמחלות כרוניות. בנוסף, תזונה עתירת סוכר ואורח חיים לא בריא (כגון עישון, היעדר פעילות גופנית, מחסור בשעות שינה) עלולים להגביר את הייצור והצבירה של תוצרי גליקציה מתקדמים (AGEs). מחקרים אחרונים מראים שאינדקס AGEs משתנה בהדרגה במשך 6 חודשים, אך אינדקס גבוה יותר מקושר להזדקנות מוקדמת ולמחלות כרוניות. Galaxy Watch8 Classic ו-Galaxy Watch8 מסוגלים למדוד אינדקס AGEs שנצבר בעור באמצעות חיישן אותות ביולוגיים אופטי. בדוק את אינדקס AGEs על ידי מדידתו במהלך השינה.



- התכונה מיועדת לרווחה הכללית ולכושר שלך בלבד. לכן, אין להשתמש בה למטרות רפואיות, למשל לאבחון תסמינים, לטיפול או למניעת מחלות. יש להתייעץ עם רופא למידע נוסף אודות המצב הבריאותי שלך.
- אין להשתמש בפרק כף היד עם בעיות עור או פצעים פתוחים בעת מדידת אינדקס AGEs.
- שעון היד משתמש בחיישני תאורה אשר פועלים במגבלות שהוגדרו לפי תקנות הבטיחות. עם זאת, יחידים עם עור הרגיש לאור עלולים לחוות תגובות שליליות לאור, כגון שינוי צבע העור או פריחות. אין למדוד אינדקס AGEs במקרה של תסמינים כלשהם של רגישות לאור.
- תכשירים קוסמטיים שמכילים מרכיבים המגבירים רגישות לעור עלולים להפוך את עורך לרגיש יותר לקרניים אולטרה-סגולות. אין למדוד אינדקס AGEs במקרה של שימוש בתכשירים קוסמטיים המכילים את המרכיבים הבאים:
 - רטינואידים (לדוגמה, רטינול או טרטינואין)
 - חומצות אלפא-הידרוקסיות (AHAs)
 - חומצות בטא-הידרוקסיות (BHAs)
 - שמנים אתריים מסוימים (למשל, שמן הדרים)
 - תרופות ותמציות צמחים מסוימות
- אם אינך רוצה למדוד אינדקס AGEs, במסך היישומים, הקש על סמל הבריאות (🏠) ← **הגדרות**, והקש על המתג **אינדקס AGEs (Labs)** תחת **מידה** כדי לכבות אותו.

יש לשים לב לתנאים הבאים בטרם מדידת אינדקס AGes במהלך השינה:

באפשרותך לקבל תוצאות מדויקות יותר של אינדקס AGes כשהשעון ענוד על פרק כף ירך בזמן השינה, בתנאי המדידה הבאים:

- ודא שפרק כף היד שלך, שעליו ענוד השעון, הוא יבש ונקי.
- ודא שהחיישנים בצד האחורי של השעון שלך הם נקיים.
- חיישן האותות הביולוגיים האופטי עשוי להיות מושפע מקעקועים, צלקות ושיער על פרק כף היד שעליו ענוד השעון. רצוי לענוד את השעון באזור בפרק כף היד שהוא נטול גורמים מפריעים אלו, או בפרק כף היד השני.
- אין לצרוך כמות מופרזת של אלכוהול לפני השינה.

מדידת תוצרי גליקציה מתקדמים (AGes) בזמן השינה

- 1 ענוד את שעון היד במהלך השינה.
 - 2 אינדקס AGes שלך יימדד יחד עם נתוני שינה אחרים שלך בעת השינה שלך, בעודך עונד את השעון.
 - 3 הקש על סמל בריאות (🏠) במסך היישומים אחרי שהתעוררת.
 - 3 הקש על אינדקס AGes.
 - 4 השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה, כדי לבדוק את כל המידע שקשור לאינדקס AGes הנמדד שלך.
- באפשרותך לבדוק מדידות קודמות שלך ומידע באפליקציית Samsung Health בטלפון המחובר שלך.
- בעת מדידת אינדקס AGes, תוכל לראות את האור הודות לחיישן האותות הביולוגיים האופטי.
 - שעון היד יכול למדוד את אינדקס AGes אפילו כשאינך ישן מאחר שהוא יכול לזהות את סטטוס השינה שלך בזמן קריאת ספרים או צפייה בתוכניות טלוויזיה או סרטים.
 - ענוד את השעון יד צמוד, כדי למנוע מרווחים בין פרק כף היד לשעון היד, עקב התהפכות במהלך השינה.

עומס וסקולרי

באפשרותך להשגיח על הבריאות הכללית ואורח החיים שלך, על ידי מעקב אחר מגמות של העומס הוסקולרי. התכונה מיועדת לרווחה הכללית ולכושר שלך בלבד. לכן, אין להשתמש בה למטרות רפואיות, למשל לאבחון תסמינים, לטיפול או למניעת מחלות. 

לפני מדידת העומס הוסקולרי בזמן השינה, יש לשים לב לתנאים הבאים:

- כדי לקבל תוצאות מדויקות יותר של העומס הוסקולרי, אפשר לענווד את השעון על פרק כף ירך בזמן השינה, בתנאי המדידה הבאים:
- ודא שפרק כף היד שלך, שעליו ענוד השעון, הוא יבש ונקי.
- ודא שהחיישנים בצד האחורי של השעון שלך הם נקיים.
- למדידות מדויקות, הקפד לענווד את שעון היד צמוד לחלק התחתון של הזרוע, מעל לפרק כף היד, ולהשאיר מרווח של שתי אצבעות.
- חיישן האותות הביולוגיים האופטי עשוי להיות מושפע מקעקועים, צלקות ושיער על פרק כף היד שעליו ענוד השעון. רצוי לענווד את השעון באזור בפרק כף היד שהוא נטול גורמים מפריעים אלו, או בפרק כף היד השני.
- יש להימנע ממידה מופרזת של שתייה, אכילה או פעילות גופנית לפני השינה.

הגדר ערך בסיס לפני מדידת העומס הוסקולרי

באפשרותך להשגיח על שינויים יחסיים בעומס הוסקולרי אחרי שהגדרת ערך בסיס, על ידי מדידת העומס בכלי הדם.

כשאתה משתמש בתכונה זו לראשונה, יש לענווד את השעון בזמן השינה למשך יותר משלושה לילות במהלך ארבעה-עשר הימים הבאים. למדידה מדויקת, צריך לפחות 4 שעות שינה רצופות. במקרה של שינוי באורח החיים שלך, למשל אם התחלת להתאמן יותר או לקחת תרופות, יש לאפס את ערך הבסיס כך שיבטא את מצב הבריאות הנוכחי שלך.

-  כדי למדוד במדויק את מצבך הבריאותי, יש לשמור על אורח החיים הרגיל שלך בעת הגדרת הערך הבסיס.
- ערך הבסיס נשמר רק בשעון היד שלך, ואינו מסונכרן עם הטלפון המחובר. אם עברת לשעון אחר, עליך להגדיר שוב את ערך הבסיס.

מדידת עומס וסקולרי בזמן השינה

- 1 ענוד את שעון היד במהלך השינה.
- בעת ענידת שעון היד בזמן השינה, העומס הוסקולרי יימדד באופן אוטומטי.
- 2 הקש על סמל בריאות (👤) במסך היישומים אחרי שהתעוררת.
- 3 הקש על האפשרות **עומס וסקולרי**, ובדוק את שינויי העומס בכלי הדם היום בהשוואה לערך הבסיס.
- כדי לקבל בטלפון המחובר מידע מפורט הקשור לתכונת העומס הוסקולרי, הקש על האפשרות **הצג בטלפון**.
- ענוד את השעון יד צמוד, כדי למנוע מרווחים בין פרק כף היד לשעון היד, עקב התהפכות במהלך השינה. 

אינדקס נוגדי חמצון

- מדוד את אינדקס נוגדי החמצון שלך, כדי לבדוק את רמת העקה החמצונית.
- ⚠ התכונה מיועדת לרווחה הכללית ולכושר שלך בלבד. לכן, אין להשתמש בה למטרות רפואיות, למשל לאבחון תסמינים, לטיפול או למניעת מחלות.
- 1 הקש על סמל בריאות (👤) במסך היישומים.
 - 2 הקש על האפשרות **אינדקס נוגדי חמצון**.
 - 3 הסר את השעון מפרק כף היד, והקש על האפשרות **מדוד**.
 - 4 בטלפון, הקש על האפשרות **אישור**.
 - מהטלפון המחובר שלך, אפשר לבדוק את התקדמות המדידה ביישום Samsung Health.
 - 5 לפי ההוראות שבמסך, הקש חזק בכרית האגודל על חישן האותות הביולוגיים האופטי שנמצא באמצע צידו האחורי של שעון היד.
 - 6 תוצאות המדידה של אינדקס נוגדי החמצון יופיעו במסך.
 - כדי לקבל מדידות מדויקות, יש להמתין לפחות 10 שניות בין המדידות. 

יחד

השווה את ספירת הצעדים שלך עם חברים שגם משתמשים בתכונה 'יחד' ביישום Samsung Health. אם יצרת אתגרי צעדים מול חברים, תוכל לבדוק את מצב האתגר בשעון היד שלך.

1 הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים.

2 הקש על יחד.

כדי לבדוק בטלפון המחובר מידע מפורט הקשור לתכונה 'יחד', הקש על **הצג בטלפון**.

הפעל את התכונה 'יחד' ביישום Samsung Health בטלפון, כדי לבדוק מידע של 'יחד' מהשעון יד. 

הגדרות

הגדר את ההגדרות השונות בנוגע לאימון ולכושר.

הקש על סמל בריאות (🏃) במסך היישומים והקש על **הגדרות**.

- **כללי:** בחר לקבל התראות שיעודדו אותך להשיג יעדי פעילות יומיים, והתראות שיודיעו לך כשהצלחת.
- **מדידה:** הגדר כיצד למדוד את דופק הלב והלחץ שלך, והפעל או השבת תכונות נוספות שאפשר למדוד בשינה.
- **מעקב מחזור:** הפעילי או השביתי את התכונה שמודדת את טמפרטורת העור בזמן השינה כדי לחזות את המחזור החודשי שלך.
- **זיהוי אימוני כושר אוטומטי:** הפעל את תכונת הזיהוי האוטומטי של אימונים וקבע את תצורת ההגדרות, כמו בחירת סוגי התרגילים שמיועדים לזיהוי.
- **זמן לא פעיל:** הפעל את התכונה כדי לקבל התרעות כעבור 50 דקות ללא פעילות, והגדר את הזמן ואת הימים לקבלת ההתראות.
- **הפוך לגלוי למכשירים אחרים:** אפשר למכשירים אחרים למצוא את שעון היד.
- **שיתוף נתונים עם מכשירים ושירותים:** הגדר כדי לשותף מידע עם עוד יישומים של פלטפורמות בריאות, מכונות כושר ומכשירי טלוויזיה מחוברים.
- **פרטיות:** בחר יישומים או ספקי שירותים שאיתם ישותף מידע, כדי להציג את המידע הנחוץ במהלך אימון. 

ייתכן שתכונות מסוימות לא יהיו זמינות, בהתאם לאזור, לספק השירות או לדגם.

Samsung Health Monitor

מבוא

אפשר למדוד נתונים ביומטריים, כמו לחץ הדם שלך או א.ק.ג., בכל עת באמצעות Samsung Health Monitor של שעון היד, שכולל גם חיישן אותות ביולוגיים אופטי וגם חיישן אותות ביולוגיים חשמלי. אפשר לעיין בהיסטוריית המדידות באמצעות היישום Samsung Health Monitor בטלפון המחובר, משום ששעון היד והטלפון סונכרנו באופן אוטומטי.

לפי תוצאות המדידה, אפשר לנהל את מצבך הבריאותי באופן שיטתי יותר מול הרופא שלך.

- אם טרם התקנת את היישום Samsung Health Monitor בטלפון המחובר, פתח את היישום **Samsung Health Monitor** בשעון היד, ובצע את ההוראות במסך כדי להוריד אותו למכשיר הטלפון.

- רק טלפונים של Samsung תומכים ביישום Samsung Health Monitor.
- מי שטרם מלאו לו 22 שנה אינו רשאי להשתמש ביישום Samsung Health Monitor למדידת נתונים ביומטריים.
- ייתכן שיישום זה לא יהיה זמין בהתאם לאזור.

אמצעי זהירות למדידת נתונים ביומטריים

אמצעי זהירות כלליים

- אין להשתמש ביישום Samsung Health Monitor למטרות רפואיות, כגון אבחון של יתר לחץ דם, מחלות לב ושאר בעיות בלב. אין להשתמש ביישום זה בשום פנים ואופן כתחליף לשיקול דעתו הרפואי של רופא או לטיפול. במקרה חירום, יש לפנות מיד לבית חולים קרוב.
- אין לשנות את התרופות, המינון או אופן השימוש ללא הנחיה מרופא.
- הקריאות והתוצאות מהיישום Samsung Health Monitor מיועדות לעיון בלבד. אין להשתמש בהן בשום פנים ואופן לקבלת החלטות רפואיות ללא חוות דעת מרופא.
- למדידה מדויקת, הקפד לענווד את שעון היד צמוד לחלקה התחתון של הזרוע, מעל לפרק כף היד. ראה [איך לענווד את שעון היד למדידות מדויקות](#) למידע נוסף.
- משיקולי אבטחה, חשוב לחבר את השעון יד לטלפון בבית או במקום בטוח דרך Bluetooth. לא מומלץ להתחבר לטלפון במקום ציבורי.

אמצעי זהירות במדידת לחץ דם

- לפני המדידה, יש להכין כיסא שנוח לשבת עליו ושולחן להנחת הזרוע והטלפון.
- שב זקוף בכיסא הנוח שהכנת, תוך מתן תמיכה לגב.
- בעת מדידה של לחץ דם חשוב להניח את הזרוע בנוחות על שולחן.
- לפני מדידה של לחץ דם, יש לנוח למשך חמש דקות לפחות בתנוחה נוחה.
- יש למדוד לחץ דם בסביבה שקטה ופנימית.
- אין למדוד לחץ דם תוך כדי פעילות גופנית.
- אחרי תחילת המדידה של לחץ דם יש להימנע מתנועה ומדיבור עד לסיום המדידה.
- אין למדוד לחץ דם קרוב למכונות שמחוללות שדות אלקטרוניים חזקים, כגון MRI (דימות תהודה מגנטית), מכונות רנטגן, מערכות אלקטרומגנטיות למניעת גניבה או גלאי מתכות.
- אין למדוד לחץ דם במהלך טיפול רפואי, כגון ניתוח או דפיברילציה.
- יש למדוד את לחץ הדם בסביבה עם טמפרטורה בין 12°C ל- 40°C ולחות יחסית בין 30% ל-90%.
- 30 דקות לפני מדידת לחץ הדם, יש להימנע מצריכת אלכוהול ומזון המכיל קפאין וכן מעישון, מפעילות גופנית ומרחצה.
- לפני מדידת לחץ הדם, יש לוודא שפרק כף היד יבש, ואין למדוד אותו אחרי מריחה של תחליב או הזעה מרובה.
- אין לנשום עמוק או לאט בכוונה; בעת מדידת לחץ הדם, צריך לנשום כרגיל.
- במקרה של היריון, אין להשתמש ביישום Samsung Health Monitor לבדיקת לחץ הדם שלך, כי ייתכן שתוצאות המדידה לא יהיו מדויקות.



- אין למדוד לחץ דם באמצעות היישום Samsung Health Monitor אם מתקיים אחד מהמצבים הבאים:

- הפרעת קצב
- מחלת לב בסיסית או התקף לב
- מחלת כלי דם היקפיים או מחזור הדם
- מחלת מסתמי הלב (מחלת מסתם אבי העורקים)
- קרדיומיופטיה
- מחלות נוספות של הלב וכלי הדם
- מחלת כליה סופנית (ESRD)
- סוכרת
- הפרעה נירולוגית (רעד, לדוגמה)
- הפרעות בקרישת הדם או נטילת מדלל דם
- במדידת לחץ הדם, אין להשתמש בפרק כף היד אם הוא מקועקע או אם יש עליו סימנים, משום שקעקועים או סימנים עלולים להשפיע על חיישן האותות הביולוגיים האופטי.
- היישום Samsung Health Monitor מצייל ומודד את לחץ הדם לפי הנתונים המתקבלים מהזרוע שחובשת את מד לחץ הדם. אם יש הבדל גדול בין לחץ הדם בשתי הזרועות (יותר מאשר 10 mmHg), עליך להיוועץ ברופא שלך.
- במדידת לחץ הדם, אין להשתמש בשעון היד שכויל עבור אנשים אחרים.
- טווח הקריאה המדיד של היישום Samsung Health Monitor מבחינת לחץ דם: אם בוצע כיול, הטווח של לחץ הדם הסיסטולי הוא 80 mmHg עד 170 mmHg, וטווח לחץ הדם הדיאסטולי הוא 50 mmHg עד 110 mmHg. במדידה, הטווח של לחץ הדם הסיסטולי הוא 70 mmHg עד 180 mmHg, וטווח לחץ הדם הדיאסטולי הוא 40 mmHg עד 120 mmHg.
- מידת הבהירות של עור הנבדק, כמות הדם מתחת לעורו ורמת הניקיון של החיישן עלולות להשפיע על האות.

אמצעי זהירות במדידת א.ק.ג.

- לפני המדידה, יש להכין כיסא שנוח לשבת עליו ושולחן להנחת הזרוע והטלפון.
- שב זקוף בכיסא הנוח שהכנת, תוך מתן תמיכה לגב.
- בעת מדידת א.ק.ג. הקפד להניח את הזרוע שלך בנוחות על שולחן.
- לפני מדידה של א.ק.ג, יש לנוח למשך חמש דקות לפחות בתנוחה נוחה.
- יש למדוד א.ק.ג. בסביבה שקטה ופנימית.
- אין למדוד א.ק.ג. תוך כדי פעילות גופנית.
- אחרי תחילת המדידה של א.ק.ג, יש להימנע מתנועה ומדיבור עד לסיום המדידה.
- אין למדוד לחץ א.ק.ג. קרוב למכונות שמחוללות שדות אלקטרוניים חזקים, כגון MRI (דימות תהודה מגנטית), מכונות רנטגן, מערכות אלקטרומגנטיות למניעת גניבה או גלאי מתכות.
- אין למדוד א.ק.ג. במהלך טיפולים רפואיים כמו ניתוחים או דפיברילציה.
- יש למדוד א.ק.ג. בסביבה עם טמפרטורה בין 12°C ל- 40°C ולחות יחסית בין 30% ל-90%.
- במדידת א.ק.ג, חשוב לוודא שפרק כף היד לא יבש מדי. אפשר לקבל אותות א.ק.ג. מדויקים יותר אם העור שבא במגע עם החיישן לח, עם כמות מתונה של זיעה, טונר או תחליב.
- אין למדוד א.ק.ג. אם מושתל אצלך קוצב לב או דפיברילטור, או אם יש בגופך כל מכשיר אלקטרוני אחר.
- אין למדוד א.ק.ג. באמצעות היישום Samsung Health Monitor אם יש לך הפרעת קצב, למעט אם הגורם לה הוא פרפור פרודוריים.
- היישום Samsung Health Monitor לא מסוגל לזהות התקפי לב. אם יש תסמין חשוד להתקף לב, פנה מיד לשירותי החירום.
- אפשר לקבל תוצאות מדויקות יותר של א.ק.ג. בתנאי המדידה הבאים:
 - מדידה אחרי הסרה של עצמים ממתכת מהגוף, למשל שרשרת
 - שימוש ברצועה הכלולה בשעון היד במקום ברצועת מתכת



אמצעי זהירות בנוגע לשימוש בתכונת דום נשימה בשינה

- אין להשתמש בתכונת דום נשימה בשינה אם כבר אובחנת כמי שנמצא בסיכון לדום נשימה בשינה.
- אין להשתמש בתכונת דום נשימה בשינה של היישום Samsung Health Monitor אם כבר אובחנת כמי שסובל מאחת הבעיות הבאות:
 - בעיות קשורות תנועה: מחלת פרקינסון, רעד או תסמונת גפיים מחזוריות בשינה (PLMS).
 - בעיות לב: אי ספיקת לב (CHF), פרפור פרוזדורים
 - מחלת ריאות: מחלת ריאות חסימתית כרונית (COPD), ברונכיט כרונית, נפחת הריאות, פיברוזיס ריאתי
- אין להשתמש בתכונת דום נשימה בשינה אם גילך נמוך מ-22 שנה.
- אין להשתמש בתכונת דום נשימה בשינה אם את בהריון או חווה תסמינים נשימתיים זמניים בגלל הצטננות, אלרגיה, אסטמה או כל בעיה אחרת, שכן התוצאות עלולות להיות לא מדויקות.
- אין לשנות את התרופות, המינון או לוח הזמנים לשימוש על בסיס תוצאות הזיהוי של סיכון לדום הנשימה בשינה מבלי להיוועץ ברופא.
- שעון היד אינו יכול לזהות את כל המקרים של דום נשימה חסימתי בשינה. השעון מזהה סימנים של דום נשימה חסימתי בשינה מתון עד חמור, אולם אינו מזהה דום נשימה בשינה מרכזי.
- השעון לא אושר על ידי הרשויות הרגולטוריות כמכשיר למדידת רווייה של חמצן.
- תכונת דום הנשימה בשינה של Samsung Health Monitor היא כלי סינון מקדים ואינו מיועד להחליף אבחון או טיפול על ידי איש מקצוע מוסמך מתחום הרפואה. אם אינך מרגיש טוב, היוועץ ברופא שלך, גם אם שעון היד אינו מזהה סימנים לדום נשימה בשינה.

תחילת המדידה של לחץ הדם

הכנה למדידת לחץ דם

לפני מדידת לחץ הדם, יש להיכנס לפרופיל שלך ביישום Samsung Health Monitor ולכייל את שעון היד. אי אפשר למדוד לחץ דם בלי להיכנס לפרופיל, והנתונים לא יהיו תקפים בלי כיול של השעון יד, על-ידך או על-ידי מישוהו אחר.

בעת מדידה של לחץ הדם באמצעות היישום Samsung Health Monitor בפעם הראשונה אחרי רכישת שעון היד, חשוב לכייל את שעון היד עם שרוול מד לחץ דם. לאחר הכיול הראשוני, צריך לכייל מחדש כל 28 יום. שרוול מד לחץ דם נמכר בנפרד. 

- 1 הקש על סמל Samsung Health Monitor (📶) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **לחץ דם** ← **פתח יישום**.
היישום Samsung Health Monitor יפתח אצלך בטלפון.
- 3 קרא את התנאים, והקש על האפשרות **מסכים**.
- 4 הזן את פרטי הפרופיל שלך, כגון שם, מגדר ותאריך יום הולדת, והקש על **המשך**.
- 5 הקש על **כיול השעון**.
- 6 יש לחבוש שרוול מד לחץ דם על החלק העליון של הזרוע שאינה עונדת את שעון היד. עיין במדריך למשתמש של מד לחץ הדם, למידע נוסף על חבישה נכונה של השרוול.
- 7 פעל לפי ההוראות במסך כדי להשלים את הכיול.

מדידת לחץ הדם

אחרי הכיול, אפשר למדוד לחץ דם באמצעות חיישן האותות הביולוגיים האופטי של שעון היד, בלי שום מכשיר רפואי אחר, כגון שרוול מד לחץ דם.

יש לענוד את שעון היד על אותו פרק כף היד המשמש לכיול. 

1 הקש על סמל Samsung Health Monitor  במסך היישומים.

2 הקש על לחץ דם ← מדידה.

במסך, אפשר לבדוק את לחץ הדם הסיסטולי והדיאסטולי והדופק שנמדדו.

בדיקת הקריאות של לחץ הדם

אחרי מדידת לחץ הדם, בדוק את הקריאות במסך שעון היד. אפשר לבדוק קריאות קודמות ומידע מהיישום Samsung Health Monitor בטלפון המחובר. מהיישום Samsung Health Monitor של הטלפון, אפשר לשתף את התוצאות, למחוק אותן ולנהל אותן.

אם הקריאות גבוהות או נמוכות באופן חריג, ואתה חש בתסמינים גופניים חריגים, יש לפנות מיד לבית חולים קרוב, לקבלת טיפול רפואי מתאים. אם ייקבע שאינך במצב חירום, יש למדוד פעמיים נוספות לפחות.

תחילת מדידת הא.ק.ג.

הכנה למדידת א.ק.ג.

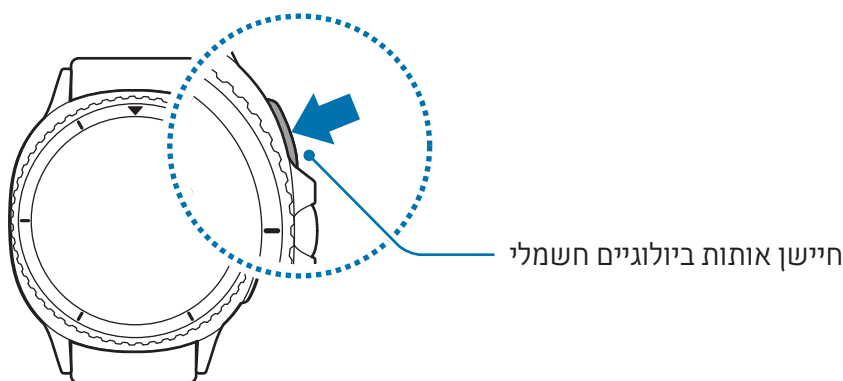
לפני מדידת א.ק.ג, יש להיכנס לפרופיל שלך ביישום Samsung Health Monitor. אי אפשר למדוד א.ק.ג בלי להיכנס לפרופיל.

- 1 הקש על סמל Samsung Health Monitor (📶) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **א.ק.ג** ← **פתח יישום**.
היישום Samsung Health Monitor ייפתח אצלך בטלפון.
- 3 קרא את התנאים, והקש על האפשרות **מסכים**.
- 4 הזן את פרטי הפרופיל שלך, כגון שם, מגדר ותאריך יום הולדת, והקש על **המשך**.
- 5 הקש על האפשרות **הגדר קוד ECG**, ובצע את ההוראות שבמסך כדי להתחיל למדוד א.ק.ג.

מדידת א.ק.ג.

באפשרותך לנהל את מצבך הבריאותי על-ידי בדיקה של מצב הלב מראש, באמצעות תוצאות מדידת א.ק.ג.

- 1 הקש על סמל Samsung Health Monitor (📶) במסך היישומים.
- 2 הקש על **א.ק.ג** ← **אישור**, והנח בעדינות אצבע על חיישן האותות הביולוגיים החשמלי. אל תשאיר שום מרווח בין פרק כף היד לשעון היד.



המדידה תתחיל, וגל א.ק.ג יופיע במסך.

3 בדוק במסך את תוצאות הא.ק.ג. הנמדדות. הקש על **הוסף**, בחר תסמינים גופניים נוספים שיש לך כעת, ולאחר מכן הקש על **שמור**.

4 הקש על **בוצע**.

בדיקת תוצאות הא.ק.ג.

אחרי מדידת א.ק.ג., אפשר לעיין בתוצאות ובגל הא.ק.ג. בשעון היד ובמסך היישום Samsung Health Monitor של הטלפון המחובר. גל א.ק.ג. מציג את דופק הלב והפעילות החשמלית בלב, והוא מחולק לכמה חלקים. אפשר לשתף את גרף הא.ק.ג. והתוצאות עם הרופא, כדי לקבל אבחון מדויק באמצעות בדיקה מקיפה יותר, במקרה של תוצאות חריגות בגל הא.ק.ג. ובקריאת הנתונים.

אפשר לבדוק תוצאות קודמות ומידע מהיישום Samsung Health Monitor בטלפון המחובר. מהיישום Samsung Health Monitor של הטלפון, אפשר לשתף את התוצאות, למחוק אותן ולנהל אותן.

- **קצב סינוס:** קצב לב תקין בין 50 ל-100 פעימות בדקה.
- **פרפור עליות:** סוג של הפרעת קצב, שבה דופק הלב אינו סדיר. יש לפנות לרופא.
- **פרפור עליות עם דופק לב גבוה:** כשהדופק נמצא בין 100 ל-150 פעימות בדקה כאשר גל הא.ק.ג. מסווג בתור **פרפור עליות**. יש לפנות לרופא.
- **דופק לב מואץ:** כשהדופק נמצא בין 100 ל-150 פעימות בדקה כאשר גל הא.ק.ג. מסווג בתור **קצב סינוס**. יש לפנות לרופא אם התוצאות מצביעות בעקביות על **דופק לב מואץ** והדופק שלך במצב מנוחה גבוה באופן חריג מהרגיל.
- **לא חד-משמעי:** התוצאה אינה מסוג **קצב סינוס** או **פרפור עליות**, והיא משתייכת לאחד המצבים הבאים:
 - התכווצות חדרית מוקדמת (PVC)
 - כשהדופק נמוך מ-50 או גבוה מ-150 פעימות לדקה
 - כשהדופק לא סדיר, אך לא מדובר ב**פרפור עליות**

- **תיעוד ירוד:** מופיעה כשהאותות המשמשים לניתוח של תוצאות מדידת א.ק.ג אינם נמדדים נכון. במקרה כזה, יש למדוד מחדש.
- אם ממשיכות להופיע ההודעות **לא חד-משמעי** או **תיעוד ירוד**, ואתה חש בתסמינים גופניים חריגים, פנה לרופא שלך. 
- אם ממשיכה להופיע ההודעה **תיעוד ירוד**, יש לנגב את חיישן האותות הביולוגיים החשמלי ולמדוד שוב א.ק.ג. ייתכנו שיבושי קליטה עקב יובש בעור שעל החיישן או נוכחות של שיער על פרק כף היד. במקרה כזה, יש למדוד א.ק.ג אחרי מריחה של טונר או תחליב, כדי לשמור על עור לח, או אחרי הסרה של שיער. 
- אם גל הא.ק.ג יופיע במהופך, תיתכן שגיאה בניתוח הא.ק.ג שלך. הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים, והקש על **כללי** ← **כיוון** כדי לבדוק את ההגדרות על פרק כף היד שעליו שעון היד נענד ואת מיקום הלחצנים. לאחר מכן, יש לענוד את השעון יד בכיוון הנכון ולמדוד שוב א.ק.ג.

שימוש בתכונת זיהוי דופק לב חריג

- אם שעון היד מזהה דופק לא סדיר ברציפות עם תכונת ההתראה על קצב לב לא סדיר, הוא יזהה פרקי זמן של קצב לב לא סדיר המצביעים על **לפרפור עליות**. במקרה כזה, שעון היד יציג התראה המודיעה שזיהה דופק חריג, וינחה אותך לבצע מדידת א.ק.ג. עם תכונה זו, אפשר לקבל סיוע בתגובה לסיכונים אפשריים הקשורים לבריאות הלב.
- הקש על **בצע א.ק.ג** כאשר מופיע מסך דופק חריג, ומדוד לעצמך א.ק.ג.
- בהמשך למדידת הא.ק.ג., תוכל להפעיל ולהשבית תכונה זו ביישום Samsung Health Monitor בטלפון שלך. 
 - ייתכן שתכונה זו לא תהיה זמינה, בהתאם לאזור.

תחילת שימוש בתכונת דום נשימה בשינה

הכנה לשימוש בתכונת דום נשימה בשינה

לפני שימוש בתכונת דום נשימה בשינה, יש להיכנס לפרופיל שלך ביישום Samsung Health Monitor. אי אפשר להיכנס לתכונת דום נשימה בשינה בלי להיכנס לפרופיל.

- 1 הקש על סמל Samsung Health Monitor (📶) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **דום נשימה בשינה** ← **אישור**.
היישום Samsung Health Monitor ייפתח אצלך בטלפון.
- 3 קרא את התנאים, והקש על האפשרות **מסכים**.
- 4 הזן את פרטי הפרופיל שלך, כגון שם, מגדר ותאריך יום הולדת, והקש על **המשך**.
- 5 בצע את ההוראות שבמסך כדי להתכונן לשימוש בתכונת דום נשימה בשינה.

שימוש בתכונת דום נשימה בשינה

נהל את הבריאות שלך על ידי בדיקת תסמיני דום נשימה בשינה בבית, מבלי שתצטרך לבקר אצל מומחה.

- 1 הקש על סמל Samsung Health Monitor (📶) במסך היישומים.
- 2 הקש על **דום נשימה בשינה** ← **המשך** והקש על מתג **תכונת דום נשימה בשינה** על מנת להפעילו.
- 3 הקש על האפשרות **אישור**, ושכב לישון תוך כדי ענידת שעון היד למשך שני לילות במהלך עשרת הימים הבאים.

- לפני השינה, הטען את סוללת שעון היד כך שתהיה יותר מ-30%. 
- כדי לזהות במדויק דום נשימה בשינה, נדרשות לפחות 4 שעות של שינה רציפה.

בדיקת תוצאות הזיהוי של סיכון לדום נשימה בשינה

שעון היד שלך מודד את הירידה היחסית ברמות החמצן בדם במהלך השינה ומשתמש במדידות כדי לזהות הפרעות נשימה אשר עשויות להעיד על דום נשימה בשינה. אתה יכול לקבל התראות עם שעון היד שלך מזהה סימנים של דום נשימה חסימתי בשינה מתון עד חמור לאחר שני לילות של מדידות שינה מוצלחות.

אם אתה מקבל התראה כי שעון היד שלך זיהה סימנים לדום נשימה חסימתי בשינה מתון עד חמור, שתף אותן עם הרופא שלך להמשך בדיקות. גם אם לא מזהים סימנים לדום נשימה בשינה, היוועץ ברופא שלך אם אתה מרגיש אי נוחות.

ניתן לבדוק את התוצאות ביישום Samsung Health Monitor בטלפון המחובר.

אין להשתמש שוב בתכונת דום נשימה בשינה עד להתייעצות עם רופא. 

- כל ניתוח של נתוני שינה עשוי להימשך עד 90 דקות או יותר. 
- תכונת דום הנשימה בשינה של יישום Samsung Health Monitor אינה כלי למעקב או לניטור של תנאים בריאותיים, כך שעליך להמתין לפחות 30 יום בטרם תשתמש בה שוב, גם אם אתה סבור שאינך חווה בעיות בריאותיות כלשהן.

GPS

השעון יד מצויד באנטנת GPS המאפשרת לך לבדוק מידע על מיקומך בזמן אמת, ללא חיבור לטלפון.

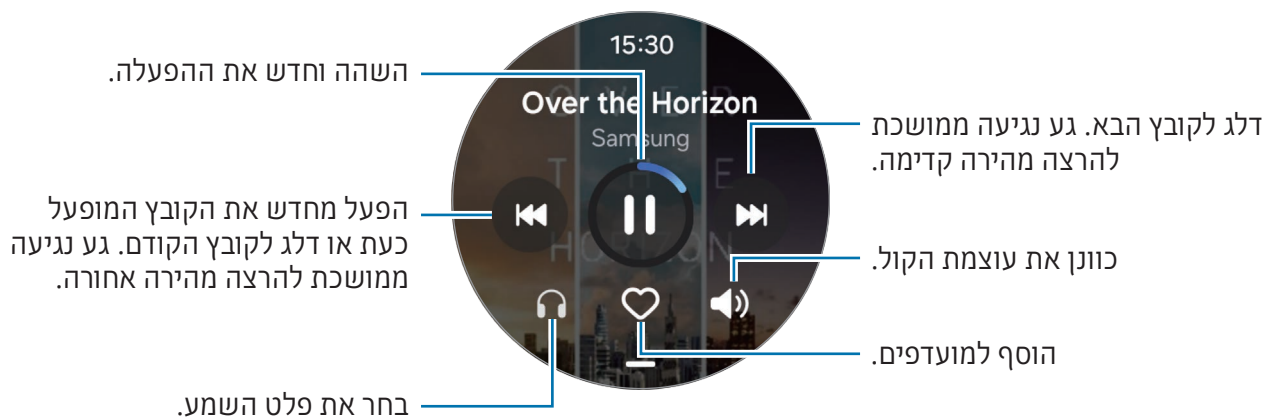
במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **מיקום**, ולאחר מכן הקש על המתג כדי להפעילו.

- כשהשעון יד והטלפון מחוברים, תכונה זו תשתמש ב-GPS של הטלפון. הפעל את תכונת המיקום בטלפון כדי להשתמש בחיישן ה-GPS. 
- אנטנת ה-GPS של שעון היד תהיה בשימוש במהלך השימוש בתכונה Samsung Health ויישומי פלטפורמת הבריאות, למרות ששעון היד מחובר לטלפון שלך.
- עוצמת אות ה-GPS עלולה להיחלש במקומות שבהם האות נתקל במכשולים, למשל בין בניינים או באזורים נמוכים, בתוך מבנים, באזורים מיוערים או הרריים, מתחת למים או בתנאי מזג אוויר קשים.

מבוא

שימוש במוזיקה

גרור את סמל התור וההגדרות (—) כלפי מעלה, והקש על **ספרייה** כדי לפתוח את מסך הספרייה. במסך הספרייה תוכל לבדוק את רשימת ההשמעה ולסדר את המוזיקה לפי רצועות, אלבומים ואמנים.



ניהול קובצי שמע השמורים בשעון היד

בדוק את קובצי השמע בשעון היד, חלק אותם לפי סוג, ונהל אותם על-ידי הוספה או הסרה שלהם כרצונך. ניתן לסנכרן אוטומטית קובצי שמע ממכשיר הטלפון לשעון היד.

- 1 בטלפון, פתח את היישום Galaxy Wearable.
- 2 הקש על הגדרות שעון ← ניהול תוכן.

3 בחר באפשרות **רצועות בשעון**.

קובצי שמע השמורים בשעון היד יופיעו במיון לפי קטגוריה.

- כדי לשלוח קבצי שמע מהטלפון לשעון היד, הקש על הסמל של הוספה (+), בחר קבצי שמע, ולאחר מכן הקש על **הוסף לשעון**.
- כדי למחוק קובצי שמע השמורים בשעון היד, גע נגיעה ממושכת בקובץ שברצונך למחוק, והקש על **מחק**.

כדי לסנכרן קובצי שמע בטלפון עם השעון יד כל 6 שעות, הקש על המתג **סינכרון אוטומטי** כדי להפעילו. לאחר מכן, הקש על **רשימות השמעה לסינכרון**, בחר רשימות השמעה שברצונך לייבא לשעון היד, ואז הקש על **בוצע**. רשימות ההשמעה שבחרת יסונכרנו באופן אוטומטי עם השעון יד, כשרמת הטעינה בסוללה שלו גבוהה מ-15%, וכאשר מצב חיסכון בחשמל מושבת בשעון היד.

בקר המדיה

מבוא

שלוט ביישום המדיה המותקן בשעון היד או בטלפון המחובר, כדי להפעיל או להשהות מוזיקה ווידאו.

כדי לפתוח יישום זה באופן אוטומטי משעון היד שלך כשאתה מפעיל מוזיקה או וידאו בטלפון המחובר, במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **תכונות מתקדמות** והקש על מתג **הפעלה אוטומטית של בקורות מדיה** כדי להפעילו.



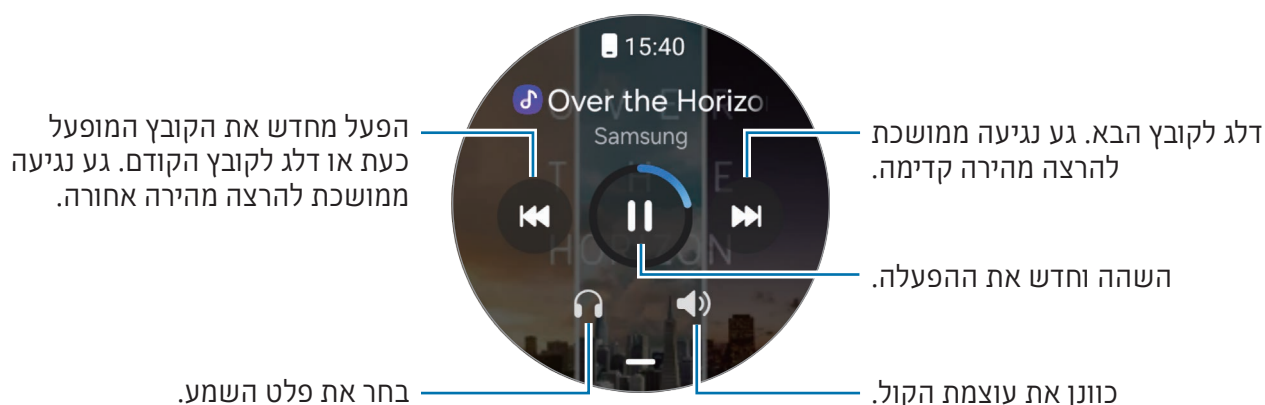
שליטה בנגן המוזיקה

1 הקש על סמל בקר המדיה (▶) במסך היישומים.

2 בחר **טלפון** או **שעון**.

בעת בחירה באפשרות **טלפון**, ניתן לנגן מוזיקה מיישום המוזיקה של הטלפון המחובר ולשלוט בנגן המוזיקה באמצעות השעון יד.

בעת בחירה באפשרות **שעון**, ניתן לנגן מוזיקה מיישום המוזיקה של שעון היד ולהאזין למוזיקה באמצעות הרמקול של שעון היד או אוזניית Bluetooth מחוברת.



שליטה בנגן הווידאו

1 הפעל וידאו בטלפון המחובר.

2 הקש על סמל בקר המדיה (▶) במסך היישומים.

אפשר לשלוט בנגן הווידאו באמצעות שעון היד.

Reminder

רשום תזכורות על משימות לביצוע, וקבל התראות לפי התנאי שהגדרת.



- על מנת להשתמש בתזכורות מיקום, יש להפעיל את תכונת GPS. ייתכן שתזכורות מיקום לא יהיו זמינות, בהתאם לדגם.
- כל התזכורות בשעון היד יסונכרנו באופן אוטומטי עם הטלפון המחובר, כדי שתוכל גם לקבל התרעות ולעיין בהן מהטלפון.

שימוש ב-Reminder

הקש על סמל התזכורת (✓) במסך היישומים.

- כדי ליצור תזכורות, הקש על סמל כתיבת התזכורת (+).
- כדי להשלים תזכורות, הקש על סמל ההשלמה (○), או בחר תזכורת, והקש על האפשרות **הושלמה**.
- כדי לשחזר תזכורות, הקש על סמל מגירת הניווט (✓) ← **הושלם**, בחר תזכורת לשחזור, ולאחר מכן הקש על **שחזר**.
- כדי למחוק תזכורת, גע נגיעה ממושכת בתזכורת הרצויה, והקש על האפשרות **מחק**.

לוח שנה

ניתן להוסיף אירועים לשעון היד ולמכשיר הטלפון כדי שהדבר יעזור לך לנהל את לוח הזמנים שלך בצורה יעילה יותר.



האירועים שנשמרים בטלפון גם מסונכרנים אוטומטית לשעון היד וניתן לבדוק אותם בשעון היד.

1 הקש על סמל לוח השנה (7) במסך היישומים והקש על סמל הוסף אירוע (+).

2 הזן את התאריך, השעה ופרטי האירוע, ולאחר מכן הקש על **שמור**.
האירוע השמור תתווסף לרשימת התזכורות, ויופיע בעת ההגדרה של שעון מעורר.

כדי לבדוק אירועים בשבוע לפי תאריך, הקש על **תצוגה שבועית** ובחר תאריך.

כדי לבדוק את לוח השנה, הקש על סמל החודש (📅) והשתמש בחוגה או החלק מעלה או מטה על המסך כדי לעבור לחודש הרצוי.

Bixby

Bixby הוא ממשק משתמש חכם, המסייע לך להשתמש בשעון היד בנוחות רבה יותר. באפשרותך לדבר אל Bixby. Bixby יפעיל את התכונה שביקשת, או יציג את המידע הרצוי. לפרטים נוספים, בקר ב- www.samsung.com/bixby.

-  ודא שהמיקרופון של שעון היד לא חסום כשאתה מדבר לתוכו.
- Bixby זמין רק בחלק מהשפות וייתכן שתכונות מסוימות אינן זמינות, תלוי באזור השימוש.

השכמת Bixby

תוך כדי לחיצה והחזקה של לחצן הבית, אמור ל-Bixby מה תרצה. כדי להשתמש בתכונה זו, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים, הקש על **לחצנים ומחוות**, הקש על האפשרות **לחיצה ארוכה תחת לחצן הבית**, ואז בחר ב-Bixby. לחלופין, אמור את משפט ההשכמה, כגון 'Hi, Bixby' או 'Bixby' ולאחר מכן אמור את מה שברצונך לומר.

הגדרת משפט השכמה

- 1 הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים והקש על **תכונות מתקדמות** ← Bixby.
- 2 הקש על האפשרות **השכמה קולית** ← **ביטוי השכמה**, ובחר משפט השכמה כרצונך.

מזג אוויר

עיין במידע מזג אוויר בשעון היד עבור מיקומים שהוגדרו בטלפון המחובר. הקש על סמל מזג האוויר (☁️) במסך היישומים.

כדי לעיין במידע על מזג האוויר, למשל תחזית לשעה ספציפית או מידע שבועי, השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה.

כדי להוסיף מידע על מזג אוויר בערים נוספות, הקש על **נהל מיקומים** ← **נהל בטלפון**, והוסף את העיר מהטלפון המחובר.

התראה

הגדר ונהל בנפרד שעונים מעוררים של השעון יד ושל הטלפון.  כשהשעון יד מחובר לטלפון באמצעות Bluetooth, אפשר לעיין מהשעון יד בכל הרשימות של השעונים המעוררים שבטלפון.

הגדרת התראות

- 1 הקש על סמל התראה (🔔) במסך היישומים.
 - 2 הקש על **הוסף בשעון** כדי להגדיר התראות שיופעלו בשעון היד בלבד. אפשר גם להוסיף שעון מעורר מטלפון מחובר, בהקשה על **הוסף בטלפון**.
 - 3 הקש על שדה הקלט, השתמש בחוגה, או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה, כדי להגדיר את שעת ההתראה, והקש על **הבא**.
 - 4 הגדר אפשרויות התראה נוספות, כגון התאריך להפעלת ההתראה והאפשרות לחזור על ההתראה, והקש על **שמור**.
ההתראה השמורה תתווסף לרשימת ההתראות.
- להפעלה או השבתה של שעונים מעוררים, הקש על המתג שלצד השעון המעורר ברשימת השעונים המעוררים.

כיבוי שעונים מעוררים

גרור את סמל הדחייה (✖) מחוץ למעגל הגדול כדי לכבות שעון מעורר. לחלופין, סובב או החלק את החוגה בכיוון השעון.
אם ברצונך להשתמש בתכונת הנודניק, גרור את אייקון הנודניק (🕒) אל מחוץ לעיגול הגדול. לחלופין, סובב או החלק את החוגה נגד כיוון השעון.

מחיקת התרעות

ברשימת השעונים המעוררים, גע נגיעה ממושכת בשעון מעורר מסוים, ולאחר מכן הקש על **מחק**.

שעון עולמי

הקש על סמל השעון העולמי (🌐) במסך היישומים, כדי לעיין בשעונים העולמיים שנוספו מהטלפון. כדי להוסיף שעון עולמי, הקש על **הוסף בטלפון**. לחלופין, אם כבר הוספת שעונים עולמיים, הקש על **נהל בטלפון**, ולאחר מכן הוסף או הסר שעון עולמי בטלפון המחובר.

טיימר

הגדרת טיימר

- 1 הקש על סמל הטיימר (⌚) במסך היישומים.
 - 2 הקש על סמל ההתאמה האישית (⌚).
 3 הקש על שדה הקלט, השתמש בחוגה או החלק את המסך כלפי מעלה או מטה כדי להגדיר משך זמן, והקש על סמל ההתחלה (▶).
- בחירה באפשרות מוגדרת מראש תפעיל את הטיימר מיד. אפשר גם לבדוק אפשרויות מוכנות נוספות באמצעות החוגה או בהחלקה כלפי מעלה או מטה במסך. 

סגירת טיימר

- גרור את אייקון הסגירה (⌛) מחוץ למעגל הגדול בסיום פעולת הטיימר. לחלופין, סובב או החלק את החוגה בכיוון השעון.
- כדי להפעיל מחדש את הטיימר, גרור את סמל החזרה (↺) אל מחוץ למעגל הגדול. לחלופין, סובב או החלק את החוגה נגד כיוון השעון.

שעון עצר

- 1 הקש על סמל סטופר (⌛) במסך היישומים.
 - 2 בחר בסגנון הרצוי של שעון העצר באמצעות החוגה או בהחלקה שמאלה או ימינה מהמסך. כדי להחליף את סגנון שעון העצר, גע נגיעה ממושכת במסך.
 - 3 הקש על **התחל** כדי לתזמן אירוע.
- כדי לתעד זמני הקפות תוך תזמון של אירוע, הקש על **הקפה** או על הסמל של הקפה (⌚).

4 הקש על **עצור** או על סמל עצור (⏸) כדי לעצור את התזמון.

- כדי להפעיל מחדש את התזמון, הקש על **המשך** או על הסמל של המשך (▶).
- כדי לנקות זמני הקפה, הקש על **איפוס** או על הסמל של איפוס (⌛).



במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙) ← **לחצנים ומחוות** ← **פעולה**, ובחר באפשרות **שעון עצר** כדי להפעיל את שעון העצר ולשלוט בו ישירות באמצעות הלחצן המהיר. במהלך השימוש, לחץ על הלחצן המהיר כדי לעצור או לחדש את פעולת הטיימר ולחץ עליו פעמיים כדי לתעד את זמן ההקפה. במצב עצירה, לחץ והחזק את הלחצן המהיר כדי לנקות את כל זמני ההקפות. (Galaxy Watch8 Classic)

גלריה

מבוא

אפשר לגשת אל תמונות, אלבומים וסיפורים שנשמרו בשעון היד או סונכרנו עם הטלפון. בנוסף, אפשר להתאים אישית את סגנון שעון היד באמצעות תמונות.

ניהול תמונות השמורות בשעון היד

בדוק את התמונות בשעון היד, חלק אותם לפי סוג, ונהל אותם על-ידי הוספה או הסרה שלהם כרצונך. ניתן לסנכרן אוטומטית תמונות ממכשיר הטלפון לשעון היד.

1 בטלפון, פתח את היישום **Galaxy Wearable**.

2 הקש על **הגדרות שעון** ← **ניהול תוכן**.

3 בחר **תמונות בשעון**.

תמונות השמורות בשעון היד יופיעו במיון לפי קטגוריה.

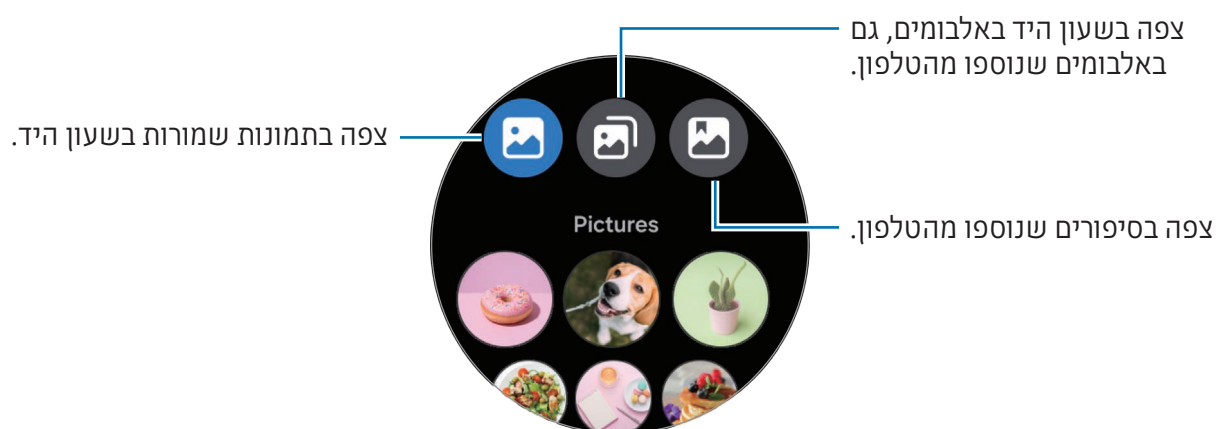
- כדי לשלוח תמונות מהטלפון לשעון היד, הקש על הסמל של הוספה (+), בחר תמונות, ולאחר מכן הקש על **סיום**.

- כדי למחוק תמונות השמורות בשעון היד, גע נגיעה ממושכת בקובץ שברצונך למחוק, והקש על **מחק**.

כדי לסנכרן תמונות בטלפון עם השעון יד מדי שש שעות, הקש על המתג **סינכרון אוטומטי של אלבומים** כדי להפעילו. לאחר מכן, הקש על **אלבומים לסינכרון**, בחר אלבומים שברצונך לייבא לשעון היד, ואז הקש על **בוצע**. האלבומים שבחרת יסונכרנו באופן אוטומטי עם השעון יד, כשרמת הטעינה בסוללה שלו גבוהה מ-15%, וכאשר מצב חיסכון בחשמל מושבת בשעון היד.

שימוש בגלריה

הקש על סמל גלריה (🖼️) במסך היישומים.



הצגת תמונות

בדוק ונהל את התמונות השמורות בשעון היד.

1 הקש על סמל גלריה (🖼️) במסך היישומים.

2 בחר קטגוריה.

3 השתמש בחוגה, או החלק את המסך מעלה או מטה, כדי לגלול את הרשימה ולבחור תמונה.

ביצוע זום פנימה או החוצה

בעת עיון בתמונה, הקש הקשה כפולה על התמונה, הפרד בין שתי אצבעות, או קרב אותן זו לזו על התמונה, כדי להגדיל או להקטין אותה.

כשהתמונה מוגדלת, ניתן לראות חלקים ממנה באמצעות גלילת המסך.

התאמה אישית של סגנון שיעון

אפשר לצפות בתמונות מסגנון השיעון, אחרי התאמתו האישית עם תמונות. ראה [התאמה אישית של סגנון שיעון עם תמונה](#) למידע נוסף.

- 1 הקש על סמל גלריה (🖼️) במסך היישומים.
- 2 גע נגיעה ממושכת בתמונה שבה תרצה להשתמש.
כדי לבחור תמונות נוספות, השתמש בחוגה, או החלק את המסך שמאלה או ימינה, ובחר תמונות נוספות.
- 3 הקש על סמל ההוספה לטלפון (📱), ובחר סוג של סגנון שיעון.

מחיקת תמונות

- 1 הקש על סמל גלריה (🖼️) במסך היישומים.
- 2 כדי למחוק תמונה, גע בה נגיעה ממושכת.
כדי לבחור תמונות נוספות שברצונך למחוק, השתמש בחוגה, או החלק את המסך שמאלה או ימינה, ובחר תמונות נוספות שברצונך למחוק.
כדי לבחור את כל התמונות, הקש על **הכל**.
- 3 הקש על סמל המחיקה (🗑️).

Samsung Find

אם איבדת את הטלפון שלך או מכשיר לביש אחר שרשום על אותו Samsung account שבו רשום שעון היד שלך, תוכל להשתמש בשעון היד כדי למצוא אותו. תוכל גם לשתף את המיקומים עם אנשים אחרים שהוגדרו מראש.



אם יישום זה אינו פועל כראוי, במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **יישומים** ← **רשימת יישומים** ← **Samsung Find** ← **הרשאות** ← **מיקום** ובחר באפשרות **כל הזמן**.

חיפוש אנשים

- 1 הקש על סמל חיפוש (📍) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **אנשים**.
- 3 בחר מהרשימה את מי שברצונך למצוא.
המפה תציג את המיקום שלו. הקש על הסמל 'יותר' (⋮) כדי לבדוק המיקום המפורט שלו.

חיפוש המכשירים שלי

- 1 הקש על סמל חיפוש (📍) במסך היישומים.
- 2 הקש על האפשרות **מכשירים**.
- 3 בחר במכשיר שברצונך למצוא מתוך הרשימה.
המפה תציג את מיקום המכשיר שלך. הקש על הסמל 'יותר' (⋮) כדי לבדוק את הכתובת המפורטת.

שליחת הודעת SOS

מבוא

במקרה חירום, כולל אם נפגעת מנפילה, בצע שיחת חירום ושלח הודעת SOS, הכוללת את פרטי המיקום שלך, לאנשי קשר שנרשמו קודם לכן. אפשר גם להגדיר את השעון יד כך שיציג את המידע הרפואי שלך רק לאחר שליחה של הודעת SOS.

- אם תכונת ה-GPS לא מופעלת בשעון היד, והיא נחוצה כדי לשלוח את פרטי המיקום שלך, היא תופעל באופן אוטומטי כדי לברר את מיקומך. 
- ייתכן שפרטי המיקום שלך לא יישלחו, בהתאם לאזור או למצב.

הגדרה מראש של קריאת SOS

הזנת מידע רפואי

הזן מידע רפואי שלך, כגון שם וסוג דם. למידע זה אפשר לגשת ישירות מהשעון יד במצב חירום.

1 פתח את היישום **Galaxy Wearable** בטלפון, והקש על **הגדרות שעון** ← **בטיחות וחירום**.

2 הקש על **מידע רפואי**, הזן את המידע שלך, ולאחר מכן הקש על **שמור**.

בעת שליחה של הודעת SOS, המידע הרפואי שהוזן יופיע במסך ה-SOS של שעון יד.

רישום אנשי קשר למקרה חירום

הוסף אנשי קשר שיכולים לעזור בעת קריאת SOS.

1 פתח את היישום **Galaxy Wearable** בטלפון, והקש על **הגדרות שעון** ← **בטיחות וחירום**.

2 הקש על **אנשי קשר לשעת חירום**.

3 הקש על **הוסף איש קשר למקרה חירום**, בחר אנשי קשר רצויים מתוך אנשי הקשר הקיימים, ולאחר מכן הקש על **בוצע**.

קריאת SOS

הגדרה של קריאת SOS

- 1 פתח את היישום **Galaxy Wearable** בטלפון, והקש על **הגדרות שעון** ← **בטיחות וחירום**.
- 2 הקש על **שיחת חירום** והגדר את קריאת ה-SOS.
 - כדי לבחור איש קשר שאליו תבוצע שיחת חירום, הקש על **מספר חירום להתקשר אליו**, ובחר איש קשר, או הזן איש קשר ידנית.
 - כדי לשלוח הודעת SOS שכוללת את מיקומך הנוכחי אל אנשי קשר לחירום, הקש על המתג **שלח הודעת SOS לאנשי קשר בחירום** כדי להפעילו. עיין ב **יישום אנשי קשר למקרה חירום** למידע נוסף אודות הגדרת אנשי קשר חירום לשליחת הודעה.
 - כדי ליזום אוטומטית קריאת חירום ולשלוח הודעת SOS לאחר מנייה לאחר במסך קריאת ה-SOS, הקש על המתג **נדרשת החלקה כדי לבצע שיחה** כדי לכבות את המתג והקש על **ספירה לאחר** כדי להגדיר את זמן הספירה לאחר לפני קריאת ה-SOS.

שליחת קריאת SOS

- 1 במקרה חירום, לחץ חמש פעמים על לחצן הבית של שעון היד.
- 2 גרור את סמל שיחת החירום  אל מחוץ לעיגול הגדול. לחלופין, סובב או החלק את החוגה נגד כיוון השעון.

תבוצע שיחה לאיש הקשר בחירום שלך.
- 3 לאחר סיום השיחה, גרור את הסמל של שיתוף ההתחלה  אל מחוץ למעגל הגדול. לחלופין, סובב או החלק את החוגה נגד כיוון השעון.

מיקומך הנוכחי ישותף עם אנשי הקשר שלך לחירום, ומסך ה-SOS יופיע בשעון היד שלך.

 - אם אין ברצונך להתקשר או לשתף את מיקומך הנוכחי, גרור את סמל הביטול  אל מחוץ למעגל הגדול, במסך בקשת SOS. לחלופין, סובב או החלק את החוגה בכיוון השעון.
 - אם התכונה **שלח הודעת SOS לאנשי קשר בחירום** מושבתת, הודעה שכוללת את מיקומך הנוכחי לא תישלח לאנשי הקשר לחירום.

קריאת SOS אם נפגעת מנפילה

הגדרה של קריאת SOS אם נפגעת מנפילה

1 פתח את היישום **Galaxy Wearable** בטלפון, והקש על **הגדרות שעון** ← **בטיחות וחירום**.

2 הקש על **זיהוי נפילה קשה**, הקש על המתג כדי להפעיל אותו ולאחר מכן הגדר את קריאת ה-SOS כך שתישלח אם אתה נפגע מנפילה.

- כדי להגדיר את התנאים שבהם שעון היד ייקבע שנפגעת מנפילה, הקש על **מתי לזהות נפילות**.
- כדי לבחור איש קשר שאליו תבוצע שיחת חירום, הקש על **מספר חירום להתקשר אליו**, ובחר איש קשר, או הזן איש קשר ידנית.
- כדי לשלוח הודעת SOS שכוללת את מיקומך הנוכחי אל אנשי קשר לחירום אם נפגעת מנפילה, הקש על המתג **שלח הודעת SOS לאנשי קשר בחירום** כדי להפעילו. עיין ב **רישום אנשי קשר למקרה חירום** למידע נוסף אודות הגדרת אנשי קשר חירום לשליחת הודעה.

שליחה של קריאת SOS אם נפגעת מנפילה

במקרה של פגיעה משמעותית, השעון יד יזהה את הפגיעה עקב נפילה לפי תנועת הזרוע שלך. אם לא זוהתה תנועה במשך יותר מ-30 שניות לאחר הנפילה, הוא יציג את ההתרעה תוך כדי פליטת צליל ורטט. אם עדיין אין תגובה תוך 60 שניות, שיחת החירום תבוצע, והודעת SOS תישלח, באופן אוטומטי, אל איש הקשר שנרשם קודם לכן, לאחר הספירה לאחור.

-  ייתכן ששעון היד יחשוב שנפגעת מנפילה אם אתה מבצע תרגילים בעצימות גבוהה. אם זה המצב, בטל את ההתרעה כדי שהודעת ה-SOS לא תישלח.
- אם התכונה **שלח הודעת SOS לאנשי קשר בחירום** מושבתת, הודעה שכוללת את מיקומך הנוכחי לא תישלח לאנשי הקשר לחירום.
- אם ברצונך לבצע שיחת חירום באופן ידני ולשלוח הודעת SOS לאחר נפילה קשה, פתח את היישום **Galaxy Wearable** בטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **בטיחות וחירום** ← **זיהוי נפילה קשה**, ולאחר מכן הקש על המתג **נדרשת החלקה כדי לבצע שיחה** כדי להפעילו.

עצור שיתוף של פרטי המיקום

בעת שיתוף פרטי המיקום שלך, סמל ההתראה של SOS (🚨) יופיע במסך שעון היד, ותוכל לבדוק את מצב השיתוף של פרטי מיקום בלוח ההתראות.

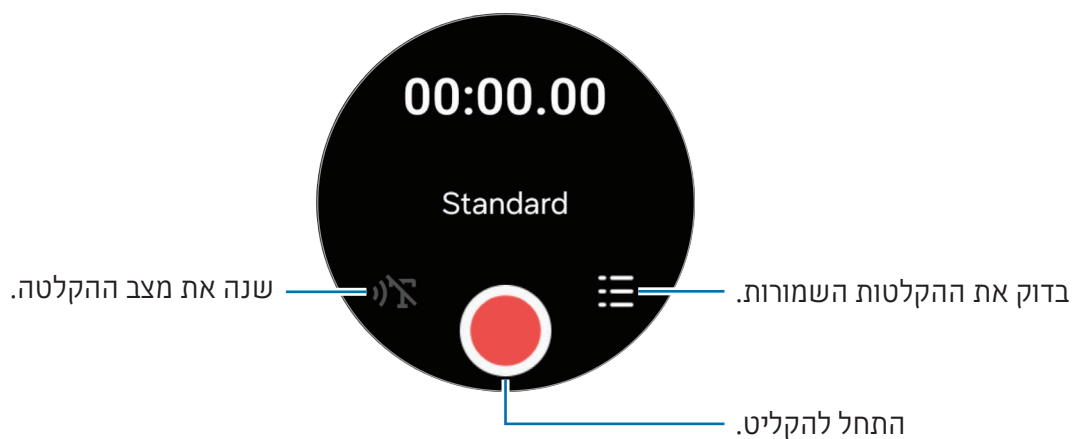
לעצירת השיתוף של מידע המיקום, הקש על לוח ההתראות, והקש על **הפסק שיתוף** ← סמל אישור (✅).
 אם אינך עוצר את שליחת הודעות SOS, הודעות נוספות, אשר כוללות את מידע המיקום שלך, ימשיכו להישלח לאנשי הקשר שנרשמו קודם לכן כל 15 דקות למשך 24 שעות לאחר שהודעת ה-SOS הראשונה נשלחה. עם זאת, ההודעה תישלח אך ורק כאשר המיקום הנוכחי שלך נמצא במרחק מסוים מהמיקום שבו נשלחה ההודעה האחרונה.

רשמקול

הקלט או השמע הקלטות קוליות.

ביצוע הקלטות קוליות

- 1 הקש על הסמל של מקליט קול (🎤) במסך היישומים.
- 2 הקש על סמל ההקלטה (●) כדי להתחיל להקליט. דבר לתוך המיקרופון של שעון היד. כדי להשהות את ההקלטה, הקש על סמל ההשהיה (⏸).



3 הקש על סמל העצירה (■) כדי לסיים את ההקלטה.

ההקלטה תישמר. כדי להאזין להקלטה הקולית, בחר קובץ הקלטה.

קובצי השמע המוקלטים משעון היד שלך מסונכרנים אוטומטית לטלפון המחובר ומשוכתבים כטקסט ולאחר מכן באפשרותך לעיין בסיכום. ניתן גם לתרגם את הטקסט המשוכתב לשפות אחרות. ייתכן שתכונות אלה לא יהיו זמינות, בהתאם לדגם של הטלפון המחובר שלך.

שינוי מצב ההקלטה

הקש על הסמל של מקליט קול (🎙️) במסך היישומים.

בחר במצב הרצוי.

• **אין** : זהו מצב ההקלטה הרגיל.

• **די** : שעון היד מסוגל להקליט את קולך למשך 10 דקות לכל היותר, להמיר אותו לטקסט ולאחר מכן לשמור אותו. לתוצאות מיטביות, השאר את שעון היד קרוב לפה, ודבר בקול רם וברור במקום שקט.

אם שפת ההמרה של דיבור לטקסט אינה תואמת לשפה שאתה דובר, שעון היד לא יזהה את קולך. לפני שימוש בתכונה זו, הקש על **דיבור לטקסט** על מסך הרשמקול כדי להגדיר את שפת הדיבור לטקסט.

מחשבון

אפשר לבצע חישובים.

הקש על סמל מחשבון (🧮) במסך היישומים.

הקש על סמל היסטוריה (🕒), ועיין בהיסטוריית החישובים. לניקוי ההיסטוריה, הקש על האפשרות **נקה**.

גרור את סמל לוח העזרה (—) כלפי מעלה כדי לחשב טיפ או להשתמש בכלי המרת היחידות.

Compass

אפשר להשתמש בשעון היד בתור מצפן.

1 הקש על סמל מצפן (🧭) במסך היישומים.

2 גרור את סמל המידע הנוסף (—) כלפי מעלה, והקש על **כיי**ל כדי לכייל את המצפן, על-ידי הטיה של פרק כף היד שעליו נענד שעון היד.
המצפן יופיע לאחר הכיול.

גרור את סמל המידע הנוסף (—) כלפי מעלה כדי לעיין במידע נוסף, למשל שיפוע, גובה ולחץ אטמוספרי.

-  נוכחותם של חומרים מגנטיים, כגון המטען האלחוטי, עשויה להשפיע על חיישן המצפן הפנימי של השעון יד ולפגוע ברמת הדיוק שלו. בנוסף, רצועת המתכת, שמכילה חומרים מגנטיים, עשויה להשפיע על חיישן המצפן הפנימי של השעון יד על-ידי שטף מגנטי, תלוי באופן הענידה של הרצועה.
- חיישן המצפן עשוי להיות מושפע מהפרעות מגנטיות אשר מובילות לירידה בדיוק בעיר צפופה, בתוך בניין, או בחלל מוגבל בין קירות כגון חניה בתוך בניין או בתוך רכב, גם אם המצפן כויל.

בקר Buds

אפשר לעיין במצב הסוללה של Galaxy Buds המחוברות לשעון היד ולשנות את ההגדרות שלהן.

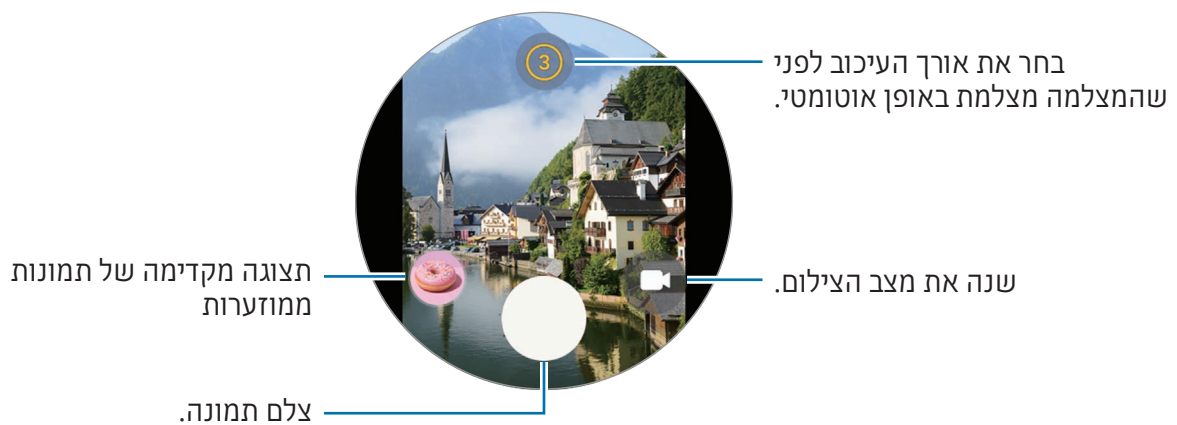
הקש על סמל בקרת אוזניות (🎧) במסך היישומים.

בקר המצלמה

אפשר לשלוט מרחוק במצלמה של הטלפון המחובר לשעון היד ולצלם תמונות או להקליט וידאו ממרחק. ייתכן שיישום זה לא יהיה זמין, בהתאם לטלפון המחובר. 

צילום תמונות

- 1 הקש על סמל בקר מצלמה (📷) במסך היישומים.
יישום המצלמה יפתח בטלפון המחובר.
- 2 בדוק את מסך התצוגה המקדימה והקש על סמל צילום תמונה (📷) כדי לצלם תמונה.



הקלטת וידאו

- 1 הקש על סמל בקר מצלמה (📷) במסך היישומים.
יישום המצלמה יפתח בטלפון המחובר.
- 2 הקש על הסמל של וידאו (📹) כדי לשנות את מצב הצילום לוידאו והקש על הסמל של התחלת הקלטה (⏮) כדי להקליט וידאו.
ללכידת תמונה מתוך סרטון במהלך ההקלטה, הקש על סמל הצילום (📷).
- 3 הקש על סמל עצירת ההקלטה (⏹) כדי לעצור את הקלטת הווידאו.

Samsung Global Goals

ה-Google Global Goals, אשר נקבעו על ידי האסיפה הכללית של האו"ם בשנת 2015, מגדירות מטרות שנועדו ליצור חברה בת-קיימא. למטרות אלו יש את הכח לסיים עוני, להילחם באי-שוויון ולעצור שינויי אקלים. עם Samsung Global Goals, למד עוד אודות מטרות עולמיות והצטרף לתנועה לעתיד טוב יותר.

SmartThings

באמצעות השעון יד, אפשר לשלוט במכשירים חכמים ובמוצרי האינטרנט של הדברים (IoT), המחוברים לטלפון שלך.

1 הקש על סמל SmartThings (📶) במסך היישומים.

2 הקש על **כל השגרות** או על **כל המכשירים** ולאחר מכן בחר במכשיר או בשגרה לשליטה.

כדי להוסיף שגרות או מכשירים, הקש על **הצג בטלפון**, והוסף אותם בטלפון המחובר.

אם טרם התקנת את היישום SmartThings בטלפון המחובר, או אם יש אי-התאמה בין הגרסה של יישום SmartThings בשעון היד לגרסה שבטלפון, לא תהיה אפשרות להשתמש ביישום זה. הקש על **הצג בטלפון** להורדת גרסת היישום האחרונה לטלפון. 

יישומי Google

Google מספקת יישומים מסוימים לשעון היד. כדי להשתמש בחלק מהיישומים, צריך לפתוח חשבון Google.

- **מפות:** אתר את מיקומך במפה, וחפש במפה באמצעות GPS.

- **Messages:** שלח וקבל הודעות בשעון היד או בטלפון.

- **Assistant:** השתמש בתכונות שעון היד או חפש מידע באמצעות קולך.

- **Gemini:** תקשר עם Gemini כדי להשתמש בתכונות שונות, כגון חיפוש מידע או כתיבת תוכן.

- ייתכן שיישומים מסוימים לא יהיו זמינים, בהתאם לספק השירות או לדגם. 

- כדי להשתמש ביישומי Google, שעון היד שלך דורש חיבור לרשת Wi-Fi או רשת סלולרית. דגמים התומכים ברשת סלולרית יכולים להשתמש ביישום ישירות בעצמם, בזמן שדגמי Wi-Fi דורשים חיבור Bluetooth לטלפון שלך.

הגדרות

מבוא

התאם את הגדרות הפונקציות והיישומים השונים לצרכיך. הגדר את שעון היד לפי דפוסי השימוש שלך, על-ידי קביעת התצורה של ההגדרות השונות.

הקש על סמל ההגדרות (⚙️) במסך היישומים.

ייתכן שתכונות מסוימות ב'הגדרות' לא יהיו זמינות, בהתאם לאזור, לספק השירות או לדגם. 

Samsung Account

רשום את Samsung account בטלפון המחובר שלך, או בדוק את Samsung account שנרשם קודם לכן.

במסך ההגדרות, הקש על **Samsung Account**.

חיבורים

Wi-Fi

הפעל את תכונת ה-Wi-Fi כדי להתחבר לרשת Wi-Fi.

1 במסך ההגדרות, הקש על **חיבורים** ← **Wi-Fi**, והקש על המתג כדי להפעילו.

2 בחר רשת מרשימת רשתות ה-Wi-Fi.

הסמל של רשתות שמחייבות הזנת סיסמה כולל מנעול.

3 הקש על **התחבר**.

אם אינך מצליח להתחבר כראוי לרשת Wi-Fi, הפעל מחדש את תכונת Wi-Fi של שעון היד שלך או את הנתב האלחוטי. 

Bluetooth

התחבר לטלפון באמצעות Bluetooth. אפשר גם לחבר מכשירים נוספים שתומכים ב-Bluetooth, למשל אוזניות Bluetooth.

במסך ההגדרות, הקש על **חיבורים** ← **Bluetooth**.

⚠️ אמצעי זהירות לשימוש ב-Bluetooth

- Samsung אינה אחראית לאובדן, עיכוב או שימוש שגוי בנתונים שנשלחים או מתקבלים באמצעות Bluetooth.
- תמיד ודא שאתה משתף ומקבל נתונים מול מכשירים מהימנים ומאובטחים כהלכה. אם קיימים מכשולים בין המכשירים, ייתכן שמרחק התפעול יתקצר.
- מכשירים מסוימים, בייחוד כאלו שלא נבדקו או אושרו על-ידי קבוצת Bluetooth SIG, עשויים שלא להיות תואמים למכשיר.
- אין להשתמש בתכונה Bluetooth למטרות לא חוקיות (לדוגמה, יצירת עותקים פיראטיים של קבצים או ציטות לא חוקי לפעילויות תקשורת למטרות מסחריות). Samsung אינה אחראית להשלכות של שימוש לא חוקי בתכונה Bluetooth.

NFC ותשלומים ללא מגע

באפשרותך להשתמש בתכונה זו לביצוע תשלומים ולרכישת כרטיסים לאמצעי תחבורה או לאירועים, לאחר הורדת היישומים הדרושים.

במסך ההגדרות, הקש על **חיבורים** ← **NFC ותשלומים ללא מגע**.

⚠️ שעון היד כולל אנטנת NFC מובנית. יש לנהוג בשעון היד בזהירות, כדי למנוע נזק לאנטנת ה-NFC.

ביצוע תשלומים עם NFC

על מנת שתוכל להשתמש בתכונה NFC לביצוע תשלומים, עליך להירשם לשירות תשלומים בנייד. לרישום או לקבלת מידע נוסף על השירות, פנה לספק השירות שלך.

1 במסך ההגדרות, הקש על **חיבורים** ← **NFC ותשלומים ללא מגע**, והקש על המתג כדי להפעילו.

2 גע עם קורא כרטיסי NFC באזור אנטנת NFC של שעון היד.

כדי להגדיר את יישום ברירת המחדל, במסך ההגדרות, הקש על האפשרות **חיבורים** ← **NFC ותשלומים ללא מגע** ← **יישום הארנק המוגדר כברירת מחדל**, ואז בחר יישום.

ייתכן שרשימת שירותי התשלום לא תכלול את כל יישומי התשלום הזמינים. 

מצב 'טיסה'

הגדר את שעון היד כך שישבית את כל הפונקציות האלחוטיות בשעון היד. תוכל להשתמש רק בשירותים שאינם שירותי רשת.

במסך ההגדרות, הקש על **חיבורים**, ולאחר מכן הקש על המתג **מצב 'טיסה'** כדי להפעילו.

עקוב אחר התקנות המסופקות על-ידי חברת התעופה והוראות צוות המטוס. במקרים שבהם מותר להשתמש במכשיר, השתמש בו תמיד במצב טיסה. 

רשתות סלולריות (דגמים עם רשת סלולרית)

התאם אישית הגדרות לשליטה ברשתות סלולריות.

במסך ההגדרות, הקש על **חיבורים** ← **רשתות סלולריות**, ובחר אפשרות חיבור לרשת סלולרית.

- **אוטומטי:** הגדר שימוש אוטומטי ברשת הסלולרית של השעון יד אם חיבור Bluetooth לטלפון התנתק. 
- כאשר השעון יד מחובר לטלפון באמצעות Bluetooth, הרשת הסלולרית של השעון יד תכובה כדי לחסוך באנרגיית סוללה. לאחר מכן, אי אפשר לקבל הודעות ושיחות המבוצעות למספר של שעון היד.
- אם חיבור Bluetooth לטלפון התנתק, הרשת הסלולרית של השעון יד תחובר באופן אוטומטי. לאחר מכן, ניתן לקבל הודעות ושיחות המבוצעות למספר של שעון היד.
- **מופעל תמיד:** הגדר להשתמש תמיד ברשת הסלולרית של השעון יד, בלי קשר למצב החיבור עם הטלפון.

- **כבוי תמיד:** הגדר לא להשתמש ברשת הסלולרית של שעון היד.
- **חבילות סלולריות:** הירשם כמנוי לתכנית הסלולרית של ספק השירות או לשירותים נוספים.
- ייתכן ששירותים מסוימים אשר דורשים חיבור לרשת לא יהיו זמינים, בהתאם לספק השירות. 
- אם אין לך מינוי לתכנית הסלולרית של ספק השירות, הרשת הסלולרית של השעון יד תושבת, כדי לחסוך באנרגיית סוללה, וייתכן ששירותי הרשת לא יהיו זמינים.

שימוש בנתונים (דגמים עם רשת סלולרית)

עקוב אחר כמות השימוש בנתונים, והתאם אישית את הגדרות המגבלה. הגדר את שעון היד להשבתה אוטומטית של חיבור הנתונים הסלולריים, לאחר שהגעת למגבלה היומית על נתונים סלולריים.

במסך ההגדרות, הקש על **חיבורים** ← **שימוש בנתונים**.

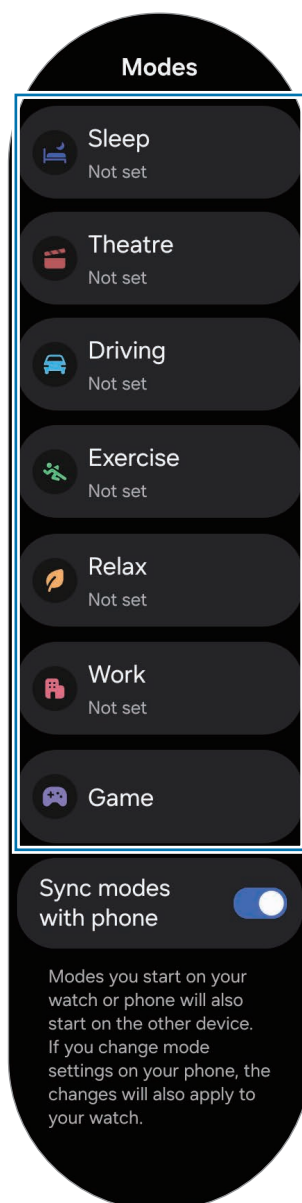
- **התחל מחזור חיוב ב-:** הגדר את תאריך ההתחלה החודשי של השימוש בנתונים במסגרת התוכנית.
- **הגדר הקצבת נתונים:** הפעל או השבת את התכונה כדי להשבית באופן אוטומטי את חיבור הנתונים הסלולרי לאחר שהגעת למגבלה שנקבעה לנתונים סלולריים.
- **מגבלת נתונים:** הגדר מגבלה על נתונים סלולריים.

מצבים ושגרות

שימוש במצבים

הפעל או כבה מצבים המסתנכרנים עם הטלפון המחובר שלך בהתאם לפעילות הנוכחית או המיקום שלך. במסך ההגדרות, הקש על **מצבים ושגרות** ← **מצבים**.

1 בחר את המצב הרצוי.



2 הקש על הפעל.

זה יופעל עבור מצבים אשר רצים אוטומטית כאשר אותרו התנאים שהתווספו בטלפון המחובר. לשינוי הגדרות המצב, הקש על **הגדר בטלפון** והגדר את ההגדרות בטלפון המחובר.

אם סנכרון מצב אינו פועל בין הטלפון המחובר ושעון היד, הקש על המתג **סנכרון מצבים עם הטלפון** להפעלתו. כל מצב חדש שמתווסף או שינוי בהגדרת מצב בטלפון המחובר מסתנכרן עם שעון היד, כמצב הריצה של המצבים.

רק חלק מהמצבים זמינים אם תכונת **סנכרון מצבים עם הטלפון** כבויה, או אם לטלפון המחובר יש גרסת תוכנה שונה. 

שימוש בשגרות

הפעל או כבה שגרות ידניות המסתנכרנות עם הטלפון המחובר שלך. לדוגמה, באפשרותך לשנות את הגדרות הצליל שלך.

במסך ההגדרות, הקש על **מצבים ושגרות** ← **שגרות**.

1 בחר את השגרה הרצויה, והקש על האפשרות **התחל**.

אם אין שגרות, הקש על האפשרות **הוסף בטלפון**, והוסף בטלפון המחובר שגרה ידנית.

2 כדי להפסיק שגרות מופעלות, הקש על האפשרות **עצור**.

לשינוי הגדרות השגרה, הקש על **הגדר בטלפון**, וקבע את ההגדרות בטלפון המחובר.

צלילים ורטט

שנה הגדרות צליל ורטט.

במסך ההגדרות, הקש על **צלילים ורטט**.

- **צליל / רטט / השתק:** הגדר שימוש במצב צליל, במצב רטט או במצב השתק בשעון היד.
- **רטט עם צליל:** הגדר את שעון היד להפעלה של רטט עם צליל.
- **רטט:** הגדר משך זמן ועוצמה של הרטט.
- **רטט שיחה:** שנה את ההגדרות של רטט שיחה.
- **רטט להתראות:** שנה הגדרות של רטט התראה.
- **רטט מערכת:** בחר פעולות לקבלת משוב רטט.
- **עוצמת קול:** כוונן את עוצמת הקול.
- **צלצול:** שנה את צלצול השיחות.
- **צליל התראה:** שנה את צליל ההתראה.
- **צלילי מערכת:** הפעל צלילים בפעולות מסוימות.

התראות

שנה את הגדרות ההתראות.

במסך ההגדרות, הקש על **התראות**.

- **התראות יישומים:** בחר יישום של טלפון או של שעון היד כדי לקבל התראות בשעון היד.
- **התראות של טלפון בשעון:** קבע איך לקבל התראות מהטלפון בעת ענידה של שעון היד.
- **נא לא להפריע:** הגדר את שעון היד להשתקת כל ההתראות, מלבד אלה שהרשית.
- **הגדרות מתקדמות:** קביעת הגדרות מתקדמות להתראות.
- **עזרה עם התראות:** בדוק מידע נוסף שקשור להתראות.

תצוגה

שנה את הגדרות המסך.

במסך ההגדרות, הקש על **תצוגה**.

- **בהירות:** כוונן את בהירות המסך.
- **בהירות דינמית:** הגדר את שעון היד למעקב אחר כוונוני הבהירות שלך ולהפעלה אוטומטית של אותן הגדרות בתנאי תאורה דומים.
- **Always On Display:** הגדר את מסך שעון היד ומסכי יישומים מסוימים כך שיפעלו תמיד בעת ענידת שעון היד. עם זאת, השימוש בתכונה זו ירוקן את הסוללה מהר מהרגיל.
- **השכמת המסך:** בחר כיצד להפעיל את המסך. ראה **הפעלת המסך** למידע נוסף.
- **כיבוי מסך אוטומטי:** הגדר את משך הזמן ששעון היד ימתין לפני כיבוי התאורה האחורית של המסך.
- **הצג יישום אחרון:** הגדר את הזמן להשארת היישום האחרון פועל אחרי כיבוי של המסך. אם המסך יידלק שוב במהלך פרק הזמן המוגדר, לאחר כיבוי, יופיע מסך היישום האחרון במקום מסך שעון היד.
- **גופן:** הגדר את סגנון הגופן של המסך.
- **רגישות המגע:** הגדל את רגישות המגע של המסך לשימוש עם כפפות.
- **הצג פרטי טעינה:** הגדר את שעון היד להצגת מידע הטעינה כאשר המסך כבוי, במהלך הטעינה.

סוללה

בדוק את רמת הסוללה שנותרה והזמן שנותר לשימוש בשעון היד. אם הסוללה חלשה, הפעל את מצב חיסכון בחשמל כדי לצמצם את צריכת הסוללה.

במסך ההגדרות, הקש על **סוללה**.

- **חיסכון בחשמל:** הפעל מצב חיסכון בחשמל כדי להאריך את זמן השימוש בסוללה.
- **הגבל את התכונות של Health:** כבה כמה תכונות של Samsung Health כדי להאריך את זמן השימוש בסוללה, כאשר מצב החיסכון בחשמל מופעל.
- **שימוש בסוללה:** בדוק אילו יישומים היו בשימוש מאז הטעינה האחרונה המלאה של שעון היד וכמה אנרגיית סוללה הם צרכו.

- **יישומים במצב שינה:** בחר יישומים שיפעלו ברקע במצב שינה. יישומים במצב שינה רק פועלים ברקע מדי פעם, כדי להאריך את זמן השימוש בסוללה.
 - **שעון בלבד:** רק השעון מוצג על המסך, וכל שאר התכונות מושבתות כדי להקטין את צריכת הסוללה. לחץ על לחצן הבית כדי לבדוק את השעון. כדי להשבית את מצב שעון יד בלבד, לחץ והחזק את לחצן הבית. לחלופין, שים את שעון היד על המטען האלחוטי על מנת להטעינו לרמה מסוימת. שעון היד ייכבה ויידלק שוב.
 - **הגנה על הסוללה:** קבע ששעון היד יפסיק להיטען כשהסוללה מגיעה לרמה מסוימת, ושימשיך להיטען כשהיא תרד מתחת לרמה מסוימת.
 - **הצג פרטי טעינה:** הגדר את שעון היד להצגת מידע הטעינה כאשר המסך כבוי, במהלך הטעינה.
 - **הפעלה אוטו' מופעלת:** שעון היד יידלק אוטומטית עם התחלת הטעינה אם הוא כבוי, וכאשר הסוללה טעונה עד לרמה של יותר מ-10%.
- זמן השימוש שנותר מראה את הזמן הנותר עד להתרוקנות הסוללה. זמן השימוש שנותר עשוי להשתנות בהתאם להגדרות שעון היד ותנאי ההפעלה. 

לחצנים ומחוות

הפעל את תכונת הלחצנים או המחוות, וקבע את ההגדרות.

במסך ההגדרות, הקש על **לחצנים ומחוות**.

- **לחצן מהיר:** בחר יישום או תכונה להפעלה באמצעות הלחצן המהיר. ראה **הגדרת הלחצן המהיר ושימוש בו (Galaxy Watch8 Classic)** למידע נוסף. (Galaxy Watch8 Classic)
- **לחצן הבית:** בחר יישום או תכונה שברצונך להפעיל בלחיצה פעמיים או בלחיצה ממושכת על לחצן הבית.
- **לחצן 'חזרה':** בחר יישום או תכונה שברצונך להפעיל בלחיצה על לחצן חזרה.
- **צביטה כפולה:** הגדר הפעלה של תכונות הקשורות ביישומים פועלים, כמו מענה לשיחות או ביטול התראות, באמצעות הקשה כפולה יחד של האגודל והאצבע המורה של היד שעליה אתה עונד את שעון היד. באפשרותך גם לפתוח את הסרגל המהיר בתחתית מסך השעון.
- **נער:** הגדר הפעלה של תכונות, כגון דחיית שיחות או סגירת התראות, על-ידי סיבוב פעמיים של פרק כף היד שעליו נענד השעון.
- **טוק טוק:** הגדר הפעלה של התכונה הנבחרת, על-ידי כיפוף פרק כף היד שעליו נענד השעון מעלה ומטה פעמיים.

Health

הגדר את ההגדרות השונות בנוגע לאימון ולכושר.

במסך ההגדרות, הקש על **Health**.

- **כללי:** בחר לקבל התראות שיעודדו אותך להשיג יעדי פעילות יומיים, והתראות שיודיעו לך כשהצלחת.
- **מדידה:** הגדר כיצד למדוד את דופק הלב והלחץ שלך, והפעל או השבת תכונות נוספות שאפשר למדוד בשינה.
- **מעקב מחזור:** הפעילי או השביתי את התכונה שמודדת את טמפרטורת העור בזמן השינה כדי לחזות את המחזור החודשי שלך.
- **זיהוי אימוני כושר אוטומטי:** הפעל את תכונת הזיהוי האוטומטי של אימונים וקבע את תצורת ההגדרות, כמו בחירת סוגי התרגילים שמיועדים לזיהוי.
- **זמן לא פעיל:** הפעל את התכונה כדי לקבל התרעות כעבור 50 דקות ללא פעילות, והגדר את הזמן ואת הימים לקבלת ההתראות.
- **הפוך לגלוי למכשירים אחרים:** אפשר למכשירים אחרים למצוא את שעון היד.
- **שיתוף נתונים עם מכשירים ושירותים:** הגדר כדי לשתף מידע עם עוד יישומים של פלטפורמות בריאות, מכונות כושר ומכשירי טלוויזיה מחוברים.
- **פרטיות:** בחר יישומים או ספקי שירותים שאיתם ישותף מידע, כדי להציג את המידע הנחוץ במהלך אימון.

אבטחה ופרטיות

בדוק את מצב האבטחה והפרטיות של השעון יד, ושנה את ההגדרות.

במסך ההגדרות, הקש על **אבטחה ופרטיות**.

- **סוג נעילה:** החלף את שיטת הנעילה של המסך. ראה **נעילת מסך** למידע נוסף.
- **זיהוי פרק כף היד:** הגדר כדי לזהות אם אתה עונד את השעון יד.
- **סיסמאות, קודי כניסה ומילוי אוטומטי:** שנה את השירות המועדף או נהל את כל שירותי הסיסמאות, מפתחות הגישה והמילוי האוטומטי.
- **פרטיות:** שנה את הגדרות הפרטיות, והגדר קבלה של שירות מותאם אישית לפי תחומי העניין שלך ואופן השימוש שלך בשעון היד.

מיקום

שנה הגדרות לשימוש פרטי מיקום.

במסך ההגדרות, הקש על **מיקום**.

- **הרשאות ליישומים:** עיין ברשימת היישומים שיש להם הרשאה לגשת למיקום של שעון היד, וערוך את ההגדרות של ההרשאות.
- **שירותי מיקום:** בדוק את שירותי המיקום שבהם שעון היד משתמש.

בטיחות וחירום

נהל את המידע הרפואי שלך ואת אנשי הקשר לחירום. אפשר גם להגדיר בקשה להודעת SOS במצב חירום. ראה [שליחת הודעת SOS](#) למידע נוסף.

במסך ההגדרות, הקש על **בטיחות וחירום**.

- **מידע רפואי:** הגדר את המידע הרפואי שלך או בדוק אותו.
- **אנשי קשר לשעת חירום:** הוסף את אנשי הקשר שלך לשעת חירום.
- **שיחת חירום:** הגדר בקשה של הודעת SOS בלחיצה חמש פעמים על לחצן הבית של שעון היד במקרה חירום.
- **זיהוי נפילה קשה:** הגדר בקשה של הודעת SOS כאשר שעון היד מזהה נפילה קשה.
- **שיתוף חירום:** שלח הודעה הכוללת את פרטי המיקום שלך והתרעת סוללה חלשה לאנשי קשר למצב חירום.
- **התראות חירום אלחוטיות:** שנה את ההגדרות של תכונות חירום, כגון התרעות חירום אלחוטיות.

חשבונות וגיבוי

אפשר להשתמש בתכונות השונות של השעון יד אחרי רישום חשבון Samsung או Google בטלפון המחובר והוספה לשעון היד שלך. אפשר גם לגבות, בקביעות ובאופן אוטומטי, את הנתונים והקבצים של השעון יד באמצעות Smart Switch בטלפון המחובר.

במסך ההגדרות, הקש על **חשבונות וגיבוי**.

- **חשבונות:** רשום חשבון Samsung או Google בטלפון המחובר, והוסף אותו לשעון היד. ראה [הוספת חשבונות לשעון יד](#) למידע נוסף.
- **גיבוי:** בדוק את נתוני השעון יד שמגובים באופן אוטומטי עם Smart Switch בטלפון המחובר.

Google

שנה את ההגדרות עבור Google.

במסך ההגדרות, הקש על **Google**.

- **המסייע הדיגיטלי:** השתמש בתכונות שעון היד או חפש מידע באמצעות קולך.
- **חשבונות:** בדוק את חשבון Google הרשום בטלפון המחובר, והוסף אותו לשעון היד שלך.
- **מנהל הסיסמאות:** סנכרן עם שעון היד את הסיסמאות ששמרת בחשבון Google במכשירים אחרים. אפשר גם להיכנס אוטומטית ליישומים ולאתרים ישירות משעון היד.

תכונות מתקדמות

הפעל את התכונות המתקדמות.

במסך ההגדרות, הקש על **תכונות מתקדמות**.

- **התראות ניתוק:** הגדר קבלה של התראות כאשר שעון היד מאבד חיבור Bluetooth לטלפון בעת ענידתו.
- **נעילת מים:** הפעל מצב נעילת מים לפני כניסה למים. ייתכן שזיהוי המגע לא יהיה זמין כאשר מצב נעילת מים מופעל.
- **מחווני סטטוס:** שנה את הגדרות התצוגה של סמלי חיווי המצב בחלקו העליון של מסך השעון יד.
- **סגנון Now bar:** הגדר את המראה של הסרגל המהיר בתחתית מסך השעון.
- **הפעלה אוטומטית של בקורות מדיה:** הגדר פתיחה אוטומטית של היישום **בקר המדיה** בשעון היד בעת הפעלה של מוזיקה או וידאו בטלפון המחובר.
- **הצג ב-Now bar כאשר מדיה מתנגנת בטלפון:** בחר שיופיע סמל התקדמות בתחתית מסך השעון, כאשר מוזיקה או וידאו מתנגנים בטלפון המחובר.
- **Bixby:** Bixby הוא ממשק משתמש חכם, המסייע לך להשתמש בשעון היד בנוחות רבה יותר. ראה [Bixby](#) למידע נוסף.

תחזוקת המכשיר

תכונת הטיפול במכשיר נותנת סקירה כללית של מצב הסוללה, האחסון והזיכרון של שעון היד. במסך ההגדרות, הקש על **תחזוקת המכשיר**.

- **סוללה:** בדוק את רמת הסוללה שנותרה והזמן שנותר לשימוש בשעון היד. אם הסוללה חלשה, הפעל את מצב חיסכון בחשמל כדי לצמצם את צריכת הסוללה. ראה **סוללה** למידע נוסף.
- **אחסון:** בדוק את מצב האחסון התפוס והזמין, והקש על **נהל בטלפון** כדי לפנות מקום אחסון על ידי מחיקת קבצים מיותרים לאחר שתבדוק אותם.
-  **הקיבולת הזמינה בפועל של שטח האחסון הפנימי קטנה מהקיבולת המוצגת, משום שמערכת ההפעלה ויישומי ברירת המחדל צורכים חלק משטח האחסון. הקיבולת הזמינה עשויה להשתנות בעת עדכון השעון יד.**
- **זיכרון:** בדוק את מצב השימוש בזיכרון או הקש על **נקה עכשיו** כדי לפנות מקום בזיכרון באמצעות עצירת יישומים הפועלים ברקע.

יישומים

- קבע הגדרות של יישום שעון היד.
- במסך ההגדרות, הקש על **יישומים**.
- **בחר יישומי ברירת מחדל:** בחר יישומי ברירת מחדל של תכונות דומות.
- **Health Platform:** הגדר פרופיל שלך שישמש לניהול נתוני הבריאות שלך, והגדר שיתוף מידע עם יישומי בריאות מחוברים אחרים.
- **רשימת יישומים:** נהל את יישומי שעון היד. באפשרותך לעיין בפרטי השימוש ביישומים, להסיר יישומים או להשבית יישומים לא נחוצים.
- **מנהל הרשאות:** בדוק את רשימת ההרשאות של כל היישומים, לרבות יישומי מערכת, ושנה את הגדרות ההרשאות שלהם.
- **עדכון יישומי Samsung:** עקבי אחר עדכונים עבור מספר יישומי Samsung שהותקנו מראש.

כללי

התאם אישית את ההגדרות הכלליות של שעון היד. ניתן גם לחבר את שעון היד לטלפון חדש או לבצע איפוס מחדש של שעון היד.

במסך ההגדרות, הקש על **כללי**.

- **מסגרת מגע:** שנה את ההגדרות של חוגת המגע. (Galaxy Watch8)
- **טקסט-לדיבור:** שנה את ההגדרות עבור תכונות הטקסט לדיבור שבהן נעשה שימוש כאשר TalkBack מופעל, למשל שפות, מהירות ועוד.
- **תאריך ושעה:** הגדר ידנית את התאריך והשעה.
-  נתק את השעון יד מהטלפון כדי להשתמש בתכונה זו, משום שהיא מסונכרנת עם הטלפון המחובר.
- **מקלדת Samsung:** שנה את הגדרות מקלדת Samsung.
- **רשימת מקלדות ומקלדת ברירת המחדל:** בחר מקלדת שבה תרצה להשתמש כברירת מחדל, ושנה הגדרות מקלדת.
- **תשובות מהירות:** קבע ששעון היד ישתמש בתכונות של תגובות אמוג', תגובות מוצעות ותגובות מותאמות אישית, המסונכרנות עם הטלפון המחובר.
- **כיוון:** הגדר את השעון יד לפי פרק כף היד שעליו הוא נענד, שמאלי או ימני, ואת הכיוון של הלחצנים אחרי ענידת השעון יד.
- **העברת השעון לטלפון חדש:** חבר את שעון היד לטלפון חדש שמשתמש באותו חשבון Google שבו נרשם הטלפון הקודם שלך, מבלי לאפס את נתוני שעון היד. ראה [חיבור שעון היד לטלפון חדש](#) למידע נוסף.
- **איפוס:** מחק את כל הנתונים בשעון היד. עם זאת, אם שעון היד מחובר לטלפון לפני ביצוע האיפוס, נתוני וקובצי שעון היד יגובו.

נגישות

קבע הגדרות שונות לשיפור הנגישות לשעון היד.

במסך ההגדרות, הקש על **נגישות**.

- **פונקציות שבהן אתה משתמש:** בדוק את תכונות הנגישות שבשימושך.
-  תכונה זו מופיעה רק בעת השימוש בתכונת הנגישות.
- **TalkBack:** הפעל את TalkBack, שמספק משוב קולי. כדי לעיין במידע עזרה וללמוד כיצד להשתמש בתכונה זו, הקש על **הגדרות** ← **מדריך** או **עזרה**.
- **שיפורים בראייה:** התאם אישית את ההגדרות כדי לשפר את הנגישות עבור משתמשים לקויי ראייה.

- **שיפורי שמיעה:** התאם אישית את ההגדרות כדי לשפר את הנגישות עבור משתמשים לקויי שמיעה.
- **אינטראקציה ומיומנות:** התאם אישית את ההגדרות כדי לשפר את הנגישות עבור משתמשים בעלי מיומנות מופחתת.
- **הגדרות מתקדמות:** נהל פונקציות מתקדמות נוספות.
- **יישומים מותקנים:** גלה שירותי נגישות המותקנים בשעון היד.

עדכון תוכנה

עדכן את תוכנת השעון יד באמצעות השירות 'קושחה דרך הרשת' (FOTA). באפשרותך גם לשנות את הגדרות העדכון.

במסך ההגדרות, הקש על **עדכון תוכנה**.

- **הורד והתקן:** בדוק והתקן עדכונים באופן ידני.
- **עדכון אוטומטי:** הגדר התקנה אוטומטית של עדכונים בשעון יד.

אודות השעון

קבל גישה למידע נוסף על שעון היד.

במסך ההגדרות, הקש על **אודות השעון**.

- **פרטי המצב:** בדוק את המידע, כגון כתובת MAC ב-Wi-Fi, כתובת Bluetooth ומספר סידורי.
- **מידע משפטי:** קבל גישה למידע משפטי הנוגע לשעון היד. אפשר גם לשלוח אל Samsung מידע דיאגנוסטי על שעון היד.
- **פרטי תוכנה:** קבל גישה לגרסת התוכנה ולמצב האבטחה.
- **פרטי הסוללה:** בדוק את המידע הנוגע לסוללה, כגון קיבולת הסוללה.

היישום Galaxy Wearable

מבוא

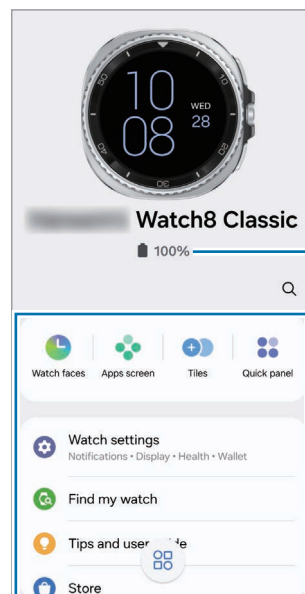
אפשר לבדוק את טעינת הסוללה הנותרת בשעון היד ולקבוע הגדרות באמצעות היישום Galaxy Wearable. בטלפון, פתח את היישום **Galaxy Wearable**.

לחיפוש הגדרות על-ידי הזנת מילות מפתח, הקש על סמל החיפוש (Q). אפשר גם לחפש הגדרות על-ידי בחירת תג מסוים תחת **הצעות**.

כדי להגדיר את יישום Galaxy Wearable, הקש על סמל 'כל המכשירים' (⌕) ← סמל 'אפשרויות נוספות' (⋮), ולאחר מכן הקש על **הגדרות**.

- כדי להשתמש ביישום Galaxy Wearable, עליך לחבר את השעון יד לטלפון. ראה **חיבור שעון יד לטלפון** למידע נוסף.

- ייתכן שחלק מהתכונות לא יהיו זמינות, בהתאם לסוג הטלפון המחובר, ספק השירות או הדגם.



טעינת הסוללה הנותרת בשעון היד

קבע את הגדרות השעון יד, והפעל תכונות לבחירתך.

ניהול חיבורי מכשירים

ניתן לנהל חיבורי מכשירים שונים, כגון בדיקת המכשירים הלבשים המחוברים לטלפון או חיבור מכשיר חדש באמצעות יישום Galaxy Wearable.

ניהול המכשיר המחובר

בבמסך Galaxy Wearable בטלפון, הקש על סמל 'כל המכשירים' (⌵).

ברשימה יופיעו המכשירים המחוברים כעת ומכשירים שהיו מחוברים בעבר.

- כדי לנתק את המכשיר המחובר כעת מן הטלפון, הקש על סמל הניתוק (⌵) בסמוך למכשיר המחובר מתוך הרשימה.
- כדי לחבר מחדש מכשיר שהיה מחובר בעבר, בחר במכשיר מתוך הרשימה והקש על **התחבר**.

הוספת מכשיר חדש והסרת מכשירים

1 בבמסך Galaxy Wearable בטלפון, הקש על סמל 'כל המכשירים' (⌵).

2 הקש על הסמל הוסף מכשיר חדש (+) ובצע את ההוראות במסך כדי לחבר מכשיר לביש חדש. המכשיר הלבש החדש יחובר ויתווסף לרשימה.

כדי להסיר מכשירים לבישים מהרשימה, הקש על סמל אפשרויות נוספות (⋮) ← **הסר מכשיר**, בחר מכשיר, לאחר מכן הקש על **הסר**.

סגנונות שעון

תוכל לשנות את סוג השעון המופיע במסך שעון יד.

במסך Galaxy Wearable בטלפון, הקש על **סגנונות שעון**.

בחר את סגנון שעון היד הרצוי, והקש על **התאם** או על הסמל של התאם אישית (🔧) כדי לשנות את הצבעים או הרכיבים במסך, כגון מחוגים וחוגות של שעון היד, ואף בחר פריטים שיופיעו במסך שעון היד.

יצירת סגנונות שעונים בסגנון שלי

החלף את סגנון השעון לתמונת תבנית, שמשתמשת בשילוב צבעים מופשט מתמונה שצילמת. ניתן גם להתאים את סגנון השעון לכל אופנה שתרצה.

📌 תכונה זו זמינה רק בטלפונים של Samsung או Android.

- 1 במסך Galaxy Wearable בטלפון, הקש על **סגנונות שעון**.
- 2 בחר באפשרות **הסגנון שלי** תחת **גרפיקות תנועה**.
- 3 הקש על סמל ההתאמה האישית (🔧).
- 4 הקש על **רקע** ← **מצלמה**.
כדי לבחור תמונה השמורה בטלפון, הקש על **גלריה**.
- 5 הקש על סמל צילום התמונה (📷) כדי לצלם תמונה ולאחר מכן הקש על **אישור**.
- 6 גרור לתוך המעגל את החלק בתמונה שבו תרצה להשתמש, או כוונן את גודל התמונה כדי לבחור את הצבע שבו תרצה להשתמש.
- 7 בחר סוג תבנית, והקש על **בוצע**.
- 8 הקש על **שמור**.
סגנון השעון יוחלף לסגנון 'הסגנון שלי'.

יצירת סגנונות שעון מאוטאר Galaxy

הפוך את האוטאר שלך לסגנון שעון.

התכונה זמינה רק בטלפונים של Samsung שתומכים בתכונות של אוטאר Galaxy. 

- 1 במסך Galaxy Wearable בטלפון, הקש על **סגנונות שעון**.
 - 2 תחת **מונפש**, בחר באפשרות **אוטאר Galaxy**.
 - 3 הקש על סמל ההתאמה האישית (👤).
 - 4 הקש על **דמות**.
 - 5 הקש על סמל ההוספה (+), ובצע את ההוראות שבמסך כדי ליצור את האוטאר שלך.
 - 6 בחר את האוטאר שנוצר תחת **אוטארים אחרים** כדי לעביר אותו לשעון היד.
 - 7 הקש על **שמור**.
- סגנון השעון יוחלף בסגנון של אוטאר Galaxy.

מסך היישומים

שנה את סדר היישומים במסך היישומים ואת סגנון הסידור שלהם. אפשר גם לקבוע שמסך היישומים יציג יישומים מומלצים לפי אופן השימוש שלך בשעון היד.

במסך Galaxy Wearable בטלפון, הקש על **מסך היישומים**.

כדי לשנות את סדר היישומים, גע נגיעה ממושכת ביישום שברצונך להזיז, וגרור אותו למיקום הרצוי.

כרטיסי מידע

התאם אישית ונהל את כרטיסי המידע ואת היישומונים בשעון היד. במסך Galaxy Wearable בטלפון, הקש על **כרטיסי מידע**.

הוספה או הסרה של כרטיסי מידע

הקש על סמל ההוספה של כרטיסי מידע (+), בחר יישומונים שברצונך להוסיף תחת **אפליקציות Samsung**, ואז הקש על האפשרות **שמור**.

כדי למחוק יישומון, הקש על סמל המחיקה (⊖) על היישומונים שברצונך להסיר, והקש על האפשרות **שמור**. אם לכרטיס המידע אין יישומון, הוא יימחק אוטומטית.

שינוי הסדר

גע נגיעה ממושכת בכרטיס המידע שברצונך להזיז, גרור אותו למיקום הרצוי, ואז הקש על האפשרות **שמור**. כדי לשנות את סידור היישומונים על כרטיס המידע, גע נגיעה ממושכת ביישומון שברצונך להזיז, גרור אותו למיקום הרצוי, ואז הקש על האפשרות **שמור**.

חלונת מהירה

בחר סמלי הגדרות מהירות המופיעים בחלונת המהירה של שעון היד. אפשר גם לסדר מחדש את סמלי ההגדרות.

במסך Galaxy Wearable בטלפון, הקש על **חלונת מהירה**.

הוספה או הסרה של סמלי הגדרות מהירות

כדי להוסיף את סמל ההגדרות המהירות, הקש על סמל ההוספה (+) מתחת ל- **לחצנים זמינים**, ולאחר מכן הקש על **שמור**. כדי למחוק סמל, הקש על סמל המחיקה (⊖) ולאחר מכן הקש **שמור**.

שינוי הסדר של סמלי ההגדרות המהירות

גע נגיעה ממושכת בסמל שברצונך להזיז, גרור אותו למיקום הרצוי, ולאחר מכן הקש על **שמור**.

הגדרות שעון

מבוא

בדוק את מצב השעון יד, והגדר את הגדרות השעון יד.
במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון**.

Samsung Account

רשום את Samsung account בטלפון המחובר שלך, או בדוק את Samsung account שנרשם קודם לכן.
במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **Samsung Account**. ראה [רישום Samsung account בשעון היד](#) למידע נוסף.

מצבים ושגרות

הגדר סנכרון של הגדרות המצב של השעון יד והטלפון.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על האפשרות **הגדרות שעון** ← **מצבים ושגרות**.

- **סנכרון מצבים בטלפון:** הגדר סנכרון של הגדרות המצב של השעון יד והטלפון. עם הפעלת תכונה זו, מצבים חדשים שנוספו או הגדרות מצבים שהשתנו בטלפון המחובר שלך יסונכרנו עם השעון יד, כמו גם סטטוס הפעולה של המצבים.

רק תכונות סנכרון מצב מסוימות נתמכות, בכפוף לגרסת התוכנה בטלפון המחובר. 

צלילים ורטט

שנה הגדרות צליל ורטט.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **צלילים ורטט**. למידע נוסף, ראה [צלילים ורטט](#) ביישומים ובתכונות.

התראות

שנה את הגדרות ההתראות.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **התראות**. למידע נוסף על תכונות נוספות מלבד אלה שמופיעות כאן, ראה **התראות** ביישומים ובתכונות.

- **סנכרן 'נא לא להפריע' עם הטלפון:** הגדר סנכרון של הגדרות מצב 'נא לא להפריע' של השעון יד והטלפון.

תצוגה

שנה את הגדרות המסך.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **תצוגה**. למידע נוסף, ראה **תצוגה** ביישומים ובתכונות.

סוללה

בדוק את רמת הסוללה שנותרה והזמן שנותר לשימוש בשעון היד. אם הסוללה חלשה, הפעל את מצב חיסכון בחשמל כדי לצמצם את צריכת הסוללה.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **סוללה**. למידע נוסף, ראה **סוללה** ביישומים ובתכונות.

לחצנים ומחוות

הפעל את תכונת הלחצנים או המחוות, וקבע את ההגדרות.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **לחצנים ומחוות**. למידע נוסף, ראה **לחצנים ומחוות** ביישומים ובתכונות.

Health

הגדר את ההגדרות השונות בנוגע לאימון ולכושר.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **Health**. למידע נוסף, ראה **Health** ביישומים ובתכונות.

Wallet

ב-Samsung Wallet מחכה לך מגוון של תכונות נוחות.
במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **Wallet**.
ייתכן שתכונה זו לא תהיה זמינה, בהתאם לאזור או לטלפון המחובר. 

בטיחות וחירום

נהל את המידע הרפואי שלך ואת אנשי הקשר לחירום. אפשר גם להגדיר בקשה להודעת SOS במצב חירום. למידע נוסף, ראה **בטיחות וחירום** ביישומים ובתכונות או **שליחת הודעת SOS**.
במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **בטיחות וחירום**.

חשבונות וגיבוי

אפשר להשתמש בתכונות השונות של השעון יד אחרי רישום חשבון Samsung או Google בטלפון המחובר והוספה לשעון היד שלך. אפשר גם לגבות, בקביעות ובאופן אוטומטי, את הנתונים והקבצים של השעון יד באמצעות Smart Switch בטלפון המחובר ולשמור את הגיבוי ב-Samsung Cloud.
במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **חשבונות וגיבוי**.

-  שמור את הנתונים והקבצים של השעון יד, אשר מגובים באופן אוטומטי ותקופתי ב-Samsung Cloud, כדי לאפשר שחזור שלהם במקרה של נזק לנתונים או לקבצים או אובדנם, עקב איפוס בשוגג של הנתונים להגדרות היצרן.
- הנתונים משעון היד שלך יגובו אוטומטית בין 1 בלילה לבין 5 לפנות בוקר אם שעון היד שלך מחובר לטלפון, אם בטלפון יש קיבולת סוללה של יותר מ-30% ואם המסך כבוי.
- **חשבונות:** רשום חשבון Samsung או Google בטלפון המחובר, והוסף אותו לשעון היד. ראה **הוספת חשבונות לשעון יד** למידע נוסף.
- **גיבוי:** גבה בטלפון המחובר באופן אוטומטי את הנתונים שלך, והקש על המתג **שמור את הגיבוי ב-Samsung Cloud** כדי להפעילו על מנת לאחסן את הגיבוי ב-Samsung Cloud.

תכונות מתקדמות

הפעל את התכונות המתקדמות.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **תכונות מתקדמות**. למידע נוסף על תכונות נוספות מלבד אלה שמופיעות כאן, ראה **תכונות מתקדמות** ביישומים ובתכונות.

- **חיבור מרוחק:** הגדר את השעון יד להתחברות מרחוק לטלפון באמצעות הרשת הסלולרית או רשת Wi-Fi כאשר אין חיבור Bluetooth זמין בין המכשירים.

תחזוקת המכשיר

תכונת הטיפול במכשיר נותנת סקירה כללית של מצב הסוללה, האחסון והזיכרון של שעון היד. אפשר גם לבדוק את השעון יד.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **תחזוקת המכשיר**. למידע נוסף על תכונות נוספות מלבד אלה שמופיעות כאן, ראה **תחזוקת המכשיר** ביישומים ובתכונות.

- **אבחון:** בדוק את שעון היד באמצעות Samsung Members.

יישומים

קבע הגדרות של יישום שעון היד.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **יישומים**. למידע נוסף על תכונות נוספות מלבד אלה שמופיעות כאן, ראה **יישומים** ביישומים ובתכונות.

- **הגדרות יישומים:** שנה את ההגדרות המפורטות של יישומי שעון יד מסוימים.

ניהול תוכן

סנכרון קובצי שמע או תמונה שמורים מהטלפון לשעון היד או העבר אותם לשעון היד. במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **ניהול תוכן**.

• מוסיקה

- **רצועות בשעון:** בדוק ונהל את קובצי השמע בשעון היד לפי קטגוריה. ראה **ניהול קובצי שמע השמורים בשעון היד** למידע נוסף.
- **סינכרון אוטומטי:** הגדר את הטלפון כך שיסנכרן אוטומטית קובצי שמע שנוספו לרשימות ההשמעה שנבחרו בתור **רשימות ההשמעה לסינכרון** כל שש שעות עם השעון יד.
- **רשימות ההשמעה לסינכרון:** בחר רשימת ההשמעה לסנכרון אוטומטי מול שעון היד.  תכונה זו עשויה להופיע רק כאשר היישום Samsung Music מותקן בטלפון, ולאחר הפעלת התכונה **סינכרון אוטומטי**.

• גלריה

- **תמונות בשעון:** בדוק ונהל תמונות בשעון היד לפי קטגוריה. ראה **ניהול תמונות השמורות בשעון היד** למידע נוסף.
- **סינכרון אוטומטי של אלבומים:** הגדר את הטלפון כך שיסנכרן אוטומטית תמונות שנוספו לאלבומים שנבחרו בתור **אלבומים לסינכרון** עם השעון יד.
- **אלבומים לסינכרון:** בחר אלבום לסנכרון אוטומטי מול שעון היד.
- **מגבלה על סנכרון אוט' של תמונה:** הגדר את המספר המרבי של תמונות שאפשר לשלוח בזמן הסנכרון האוטומטי.  **אלבומים לסינכרון ו מגבלה על סנכרון אוט' של תמונה** יוכלו להופיע אם תפעיל את התכונה **סינכרון אוטומטי של אלבומים**.
- **בחר סיפור לסינכרון:** בחר סטורי ששמור בטלפון שלך לסנכרון מול שעון היד.
- **סינכרון אוטומטי של סיפור אחרון:** הגדר את הטלפון כך שיסנכרן אוטומטית את הסיפור האחרון שלך עם השעון יד.
- **סנכרון קבצים בין שעון היד לטלפון יוכל להתבצע רק כשרמת הטעינה בסוללת השעון יד גבוהה מ-15%** וכאשר מצב חיסכון בחשמל מושבת בשעון היד. 

חבילות סלולריות (דגמים עם רשת סלולרית)

השתמש בשירותים אחרים שונים באמצעות הרשת הסלולרית לאחר הפעלתה בשעון היד. במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **חבילות סלולריות**.

כללי

התאם אישית את ההגדרות הכלליות של שעון היד. ניתן גם לחבר את שעון היד לטלפון חדש או לבצע איפוס מחדש של שעון היד.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **כללי**. למידע נוסף, ראה **כללי** ביישומים ובתכונות.

נגישות

קבע הגדרות שונות לשיפור הנגישות לשעון היד.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **נגישות**. למידע נוסף, ראה **נגישות** ביישומים ובתכונות.

עדכון לתוכנת השעון

עדכן את תוכנת השעון יד באמצעות השירות 'קושחה דרך הרשת' (FOTA). באפשרותך גם לשנות את הגדרות העדכון.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **עדכון לתוכנת השעון**. ראה **עדכון תוכנה** למידע נוסף.

אודות השעון

קבל גישה למידע נוסף על שעון היד.

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **הגדרות שעון** ← **אודות השעון**. למידע נוסף, ראה **אודות השעון** ביישומים ובתכונות.

מצא את השעון שלי

אם תאבד את השעון יד, אפשר להיעזר ביישום Galaxy Wearable בטלפון המחובר וכן בתכונה SmartThings Find מהיישום SmartThings, או ביישום Samsung Find שמותקן בטלפון המחובר כדי למצוא את השעון.

- התמיכה בתכונה SmartThings Find וביישום Samsung Find עשויה להשתנות לפי גרסת התוכנה בטלפון המחובר. 
- ייתכן שהמסך יוחלף באופן אוטומטי לאיתור של השעון יד אם תכונת SmartThings Find או היישום Samsung Find מותקנים בטלפון המחובר. אם הן התכונה SmartThings Find והן היישום Samsung Find נתמכים, היישום Samsung Find ייפתח.

איתור באמצעות היישום Galaxy Wearable

1 במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **מצא את השעון שלי**.

2 הקש על **התחל**.

שעון היד ישמיע צליל ויפעיל רטט, והמסך יידלק.

כדי להפסיק את הצליל והרטט, גרור את סמל דחיית ההתראה (X) אל מחוץ לעיגול הגדול בשעון היד. לחלופין, השתמש בחוגה. אפשר גם לעצור את התהליך בהקשה על **עצור** בטלפון.

שליטה מרחוק בשעון היד

אם השעון יד אבד או נגנב, הקש על **מצא את השעון שלי** במסך Galaxy Wearable בטלפון, הקש על **הגדר אבטחה**, ולאחר מכן שלוט בשעון היד מרחוק.

- **נעילת שעון:** נעל מרחוק את שעון היד כדי למנוע גישה בלתי-מורשית. תכונה זו זמינה כאשר הטלפון מחובר לשעון היד דרך Bluetooth או חיבור מרוחק. כשהשעון יד נעול, בטל ידנית את נעילתו על ידי הזנת PIN מוגדר מראש, או חבר שוב את השעון יד לטלפון באמצעות Bluetooth, כדי לבטל את נעילתו באופן אוטומטי.
- **אפס את השעון:** כל הנתונים השמורים בשעון היד יימחקו. לאחר איפוס שעון היד, לא תוכל לשחזר את המידע או להשתמש בתכונה חפש את השעון שלי. למרות זאת, נתונים שגובו ומאוחסנים בזמן ששעון היד והטלפון היו מחוברים לפני האיפוס זמינים ב-Samsung Cloud.

איתור באמצעות התכונה SmartThings Find מהיישום SmartThings או באמצעות היישום Samsung Find

במסך Galaxy Wearable של הטלפון, הקש על **מצא את השעון שלי**.
מסך SmartThings Find, הזמין מהיישום SmartThings, יופיע בטלפון, או שהיישום Samsung Find ייפתח בטלפון ותוכל לבדוק על המפה את המיקום של השעון יד האבוד. אפשר גם לאתר אותו לפי הצליל ששעון היד משמיע.

כדי למצוא את שעון היד שלך באמצעות היישום Samsung Find, התכונות של Samsung Find הקשורות לאיתור מכשירים בלי חיבור לאינטרנט חייבות להיות מופעלות. 

חנות

הורד את היישומים וסגנונות שעון היד שיהיו בשימוש בשעון היד.
במסך Galaxy Wearable בטלפון, הקש על **חנות**.

הודעות שימוש

אמצעי זהירות לשימוש במכשיר

על מנת להבטיח שימוש בטוח והולם, אנא קרא את המדריך לפני השימוש במכשיר.

- התיאורים במדריך מבוססים על הגדרות ברירת המחדל של המכשיר.
- חלק מהתוכן עשוי להיות שונה מהמכשיר, בהתאם לאזור, ספק השירות, מפרט דגם או גרסת התוכנה של המכשיר.
- במהלך השימוש בתכונות או ביישומים מסוימים, ייתכן שלמכשיר יידרש חיבור לרשת Wi-Fi או לרשת סלולרית.
- תוכן (איכותי) שמחייב שימוש רב ב-CPU ובזיכרון ישפיע על הביצועים הכוללים של המכשיר. ייתכן שיישומים הקשורים לתוכן לא יפעלו כראוי, בהתאם למפרטי המכשיר ולסביבת השימוש בו.
- Samsung אינה אחראית לבעיות ביצועים שנגרמות בשל יישומים של ספקים אחרים שאינם Samsung.
- חברת Samsung לא תישא באחריות לבעיות בביצועים או בתאימות שעלולות להיגרם עקב עריכה של הגדרות רישום או שינויים בתוכנת מערכת ההפעלה. ניסיון להתאים אישית את מערכת ההפעלה עלול לגרום למכשיר או ליישומים שלא לפעול כראוי.
- התוכנות, מקורות השמע, הטפטים, התמונות ופריטי מדיה אחרים המסופקים עם מכשיר זה מוענקים עם רישיון לשימוש מוגבל. החילוץ של חומרים אלה והשימוש בהם למטרות מסחריות או מטרות אחרות מהווים הפרה של חוקי זכויות יוצרים. המשתמשים הם האחראים הבלעדיים לשימוש לא חוקי במדיה.
- ייתכן שיחולו חיובים נוספים בגין שירותי נתונים, כגון העברת הודעות, העלאה והורדה, סנכרון אוטומטי או שימוש בשירותי מיקום, בהתאם לתכנית הנתונים שלך. להעברת נתונים בנפח גדול, מומלץ להשתמש בתכונת ה-Wi-Fi.
- יישומי ברירת המחדל הכלולים במכשיר כפופים לעדכונים, וייתכן שהתמיכה בהם תיפסק ללא הודעה מראש.
- מערכת ההפעלה של המכשיר שונה מסדרות קודמות מסוימות של Galaxy Watch, ואי אפשר להשתמש בתוכן שנרכש בעבר, עקב בעיות תאימות.

- מפרט המודל והשירותים הנתמכים עשויים להשתנות לפי האזור.
- שינוי של מערכת ההפעלה של המכשיר, או התקנה של תוכנה ממקורות לא רשמיים, עשויים לגרום לתקלות במכשיר ולאובדן או נזק לנתונים. פעולות אלה מהוות הפרות של הסכם הרישיון של Samsung, ויגרמו לביטול האחריות.
- ייתכן שתכונות מסוימות לא יפעלו כמתואר במדריך, לפי היצרן והדגם של הטלפון שחיברת לשעון היד.
- ניתן לראות את המסך בבירור גם באור שמש חזק באמצעות התאמה אוטומטית של טווח הניגודיות לתנאי הסביבה. בשל אופיו של המוצר, הצגת גרפיקה קבועה ללא פעילות לפרקי זמן ממושכים עשויה לגרום להופעת טשטוש או תמונות רפאים על המסך.
- מומלץ שלא להשתמש בגרפיקה קבועה לזמן ממושך בחלק מהמסך או בכולו, ולכבות את המסך כאשר לא נעשה שימוש במכשיר.
- באפשרותך להגדיר את המסך לכיבוי אוטומטי כאשר לא נעשה בו שימוש. ממסך היישומים של שעון היד, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **תצוגה** ← **כיבוי מסך אוטומטי**, ולאחר מכן בחר את משך הזמן שברצונך שהמכשיר ימתין לפני כיבוי המסך.
- כדי להגדיר את המסך כך שיתאים אוטומטית את הבהירות שלו על בסיס הסביבה, במסך היישומים של שעון היד, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **תצוגה**, ולאחר מכן הקש על המתג **בהירות דינמית** כדי להפעילו.
- בהתאם לאזור או לדגם, עבור חלק מהמכשירים נדרש אישור מרשות התקשורת הפדרלית של ארה"ב (FCC).
- אם המכשיר שברשותך אושר על-ידי ה-FCC, תוכל לבדוק את מזהה ה-FCC של המכשיר. כדי לגשת למזהה ה-FCC, במסך היישומים של שעון היד, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← **אודות השעון** ← **פרטי המצב**. אם למכשיר שלך אין מזהה ה-FCC, המשמעות היא שהמכשיר אינו מאושר למכירה בארה"ב או הטריטוריות שלה וניתן להביא אותו לשטח ארה"ב לשימוש פרטי של הבעלים בלבד.
- המכשיר שלך מכיל מגנטים. הרחק את המכשיר מכרטיסי אשראי, שתלי מכשירים רפואיים ומכשירים אחרים העשויים להיות מושפעים ממגנטים. במקרה של מכשירים רפואיים, הרחק את המכשיר ליותר מ-15 ס"מ. הפסק להשתמש במכשיר שלך אם עולה חשש להפרעה כלשהי במכשיר הרפואי והיוועץ עם רופא או יצרן המכשיר הרפואי שלך.

סמלים מנחים

אזהרה: מצבים שעשויים לגרום לפציעתכם או לפציעתם של אחרים 

זהירות: מצבים שעשויים לגרום נזק למכשיר או לצידוד אחר 

שים לב: הערות, עצות לשימוש או מידע נוסף 

הערות על תוכן החבילה ואביזרים

על מנת לדעת מה תוכן האריזה, עיין במדריך ההתחלה המהירה.

- הפריטים המסופקים עם השעון יד וכל האביזרים הזמינים עשויים להשתנות על פי האזור או ספק השירות.
- הפריטים שסופקו מיועדים אך ורק עבור מכשיר זה וייתכן שלא יהיו תואמים למכשירים אחרים.
- המראה והמפרטים כפופים לשינוי ללא הודעה.
- ניתן לרכוש אביזרים נוספים מהמשווק המקומי של Samsung. לפני הרכישה, יש לוודא שהאביזרים תואמים לשעון היד.
- למעט שעון היד, ייתכן שחלק מהפריטים ומהאביזרים המסופקים אינם עומדים באותו תקן עמידות בפני מים ואבק.
- השתמש באביזרים המאושרים על-ידי Samsung. שימוש באביזרים לא מאושרים עלול לגרום לבעיות ביצועים ולתקלות שאינן מכוסות במסגרת האחריות.
- זמינות כל האביזרים נתונה לשינוי ותלויה בחברות הייצור בלבד. לקבלת מידע נוסף אודות האביזרים הזמינים, בקר באתר האינטרנט של Samsung.

שמירה על עמידות המכשיר בפני מים ואבק

- המכשיר עמיד בפני מים ואבק, ועומד בתקנים הבינלאומיים הבאים.
 - 5ATM אישור סיווג עמידות למים: המכשיר נבדק בהשקעתו ב-50 מ' של מים טריים למשך 10 דקות, ללא תזוזה על מנת לעמוד בדרישות ISO 22810:2010.
 - IPX8 אישור סיווג עמידות למים: המכשיר נבדק בהשקעתו ב-1.5 מ' של מים טריים למשך 30 דקות, ללא תזוזה על מנת לעמוד בדרישות IEC 60529.
 - IP6X אישור סיווג עמידות לאבק: נבדק על מנת לעמוד בדרישות IEC 60529.
- ניתן להשתמש במכשיר בזמן אימון, בעת רחיצת ידיים, או ביום גשום.
- ניתן להשתמש במכשיר בעת שחייה בבריכה או בים, במידה ועומק המים אינו עמוק מדי.
- העמידות למים של מכשיר ה-Galaxy שלך אינה קבועה, ועלולה להיחלש עם הזמן, עקב הבלאי והשחיקה הרגילים, בהתאם לתנאי או סביבת השימוש. מומלץ לבדוק אחת לשנה את העמידות למים של מכשיר ה-Galaxy שלך, במרכז שירות של Samsung או במרכז שירות מורשה.
- יש לבצע הוראות אלו על מנת לשמור על עמידות המכשיר מפני מים ואבק.
 - אחרי שחייה, ולפני ההתייבשות של מי בריכה או מי-ים, יש לשטוף את המכשיר במים מתוקים ולייבש אותו היטב במטלית רכה ונקייה, כדי לשמור על עמידותו מפני מים. חומרי החיטוי בבריכת השחייה, או המלח במי-ים, עלולים להשפיע על העמידות בפני מים.
 - אם המכשיר נרטב בנוזלים שאינם מים מתוקים, למשל קפה, משקאות, מי סבון, שמן, בושם, תכשיר הגנה מהשמש, תכשיר חיטוי ידיים או מוצרים כימיקליים כגון קוסמטיקה, יש לשטוף את המכשיר במים מתוקים ולייבש אותו היטב במטלית רכה ונקייה, כדי לשמור על עמידותו מפני מים.

- אין להישאר שקוע מתחת למים, לשנרקל, לצלול או לשחק בספורט ימי כגון סקי מים או גלישה, ואין לשחות במים הזורמים במהירות, כגון נהר, בזמן שהמכשיר עליך. בנוסף, אין לחשוף את המכשיר למכונות ניקוי בלחץ גבוה או לדברים דומים. זאת כדי למנוע עלייה דרמטית בלחץ המים, שעלולה לשנות את רמת העמידות שהחברה שלנו מבטיחה בפני מים.
- אם המכשיר נפגע או ניזוק, העמידות שלו למים ולאבק עלולה להיפגע.
- אין לפרק את המכשיר ללא הדרכה מתאימה.
- ייבוש של המכשיר באמצעות מכונה שפולטת אוויר חם, כגון מייבש שיער, או שימוש במכשיר בסביבה חמה כמו סאונה, עלולה לפגוע בעמידות בפני מים, עקב השינוי הדרמטי בטמפרטורת האוויר או המים.

אמצעי זהירות בפני התחממות יתר

אם הנך מרגיש אי נוחות עקב התחממות יתר בזמן שימוש במכשיר, הפסק מיד להשתמש בו, והסר אותו מפרק כף היד.

- למניעת בעיות, כגון מכשיר מקולקל, אי נוחות בעור או נזק והתרוקנות סוללה, תופיע אזהרה במכשיר אם זה יגיע לטמפרטורה ספציפית. כאשר האזהרה ההתחלתית תופיע, תכונות המכשיר יושבתו עד אשר המכשיר יתקרר עד לטמפרטורה ספציפית. אולם תכונת שיחות החירום תהיה זמינה בדגם LTE.
- אם טמפרטורת המכשיר ממשיכה לעלות, תופיע אזהרה שנייה. בזמן זה, המכשיר ייכבה. אין להשתמש במכשיר עד שהטמפרטורה שלו תגיע לטווח הטמפרטורה המומלץ להפעלה. אולם בעת השימוש בדגם LTE, תכונת שיחת החירום, אשר חוברה קודם לכן, תישאר פעילה עד שתסיים, למרות שתופיע האזהרה השנייה.

טווח טמפרטורה מומלץ להפעלה



טווח הטמפרטורה המומלץ להפעלת המכשיר הוא מ-0°C עד 35°C. שימוש במכשיר מחוץ לטווח טמפרטורה המומלץ עלול לפגום במכשיר או לקצר את אורך חיי הסוללה.

ניקוי וניהול שעון היד

בצע שלבים אלה כדי לוודא תפקוד תקין ושמירה על מראה השעון יד. אחרת, עלול להיגרם נזק לשעון היד או גירוי של העור.

- כבה את שעון היד, והסר את הרצועה לפני הניקוי.
- הימנע מלחשוף את המכשיר לאבק, זיעה, דיו, שמן ומוצרים כימיים כגון מוצרי קוסמטיקה, ספריי אנטי-בקטריאלי, מנקה ידיים, חומרי ניקוי וקוטלי חרקים. הדבר עלול לגרום נזק לחלק החיצוני ולחלקי הפנימיים של שעון היד או להוביל לביצועים לקויים. במקרה של חשיפת שעון היד לאחד מן החומרים שהוזכרו, יש לנקות אותו במטלית רכה נטולת מוך.
- אין להשתמש בסבון, בחומרי ניקוי, בחומרים שוחקים ובאוויר דחוס בעת ניקוי שעון היד, ואין לנקות אותו באמצעות גלים על-קוליים (אולטרה סאונד) או מקורות חום חיצוניים. הדבר עלול להזיק לשעון היד. גירוי עורי עשוי להיגרם עקב סבון, חומרי חיטוי וניקיון לידיים או חומרי ניקוי שנשארו בתוך שעון היד.
- להסרת קרם הגנה, תחליב או שמן, יש להשתמש בחומר ניקוי נטול סבון ולאחר מכן לשטוף ולייבש היטב את השעון יד.
- הרצועה ההיברידית אינה עמידה בפני מים. אין לשחות או להתרחץ בעת השימוש ברצועה ההיברידית.
- הרצועה ההיברידית עשויה להפיק צליל חריקה במקום החיבור שלה עם השעון יד, עקב תכונות החומר של העור. זהו דבר נורמלי וניתן לפתור בעיה זו על ידי טיפול ברצועה עם מוצרי טיפול בעור בנקודת החיבור.
- הימנע מחשיפה של הרצועה ההיברידית של שעון היד לכימיקלים, אור שמש ישיר, למים ולסביבה לחה או חמה. הדבר עלול לשנות את הצבע והצורה של חומר העור. אם נרטבה, יש לנגב אותה מיד במטלית רכה ונטולת מוך ולייבש במקום מוצל ומאוורר היטב.
- אם הרצועה ההיברידית הוכתמה, נגב אותה במטלית רכה ונטולת מוך. במידת הצורך, הרטב מעט את המטלית במים טריים.
- הרצועה המסופקת עשויה להשתנות בהתאם לאזור או לדגם. יש לנקות כראוי ולשמור על הרצועה בהתאם. 

יש להיזהר אם יש לך אלרגיה לחומר הקיים בשעון היד

- Samsung בדקה את החומרים המזיקים הקיימים בשעון היד באמצעות רשויות רישוי פנימיות וחיצוניות, לרבות בדיקה של כל החומרים הבאים במגע עם העור, בדיקת רעילות עור ובדיקת ענידה של שעון היד.
- שעון היד כולל ניקל. הקפד על אמצעי הזהירות הנדרשים אם העור שלך בעל רגישות יתר או אם יש לך אלרגיה לחומר שקיים בשעון היד.
- **ניקל:** שעון היד מכיל כמות קטנה של ניקל, מתחת לנקודת הייחוס המינימלית כהגדרתה בתקנת Europe REACH. לא תהיה חשופ לניקל בתוך שעון היד, ושעון היד עבר את הבדיקה המאושרת הבינלאומית. למרות זאת, אם הנך רגיש לניקל, היזהר בשימוש עם שעון היד.
- נעשה שימוש רק בחומרים המפוקחים תחת התקנים של ועדת בטיחות מוצרי הצרכנים האמריקאית (CPSC), תחת תקנים של מדינות אירופה ותקנים בינלאומיים נוספים על מנת לייצר את שעון היד.
- לקבלת מידע נוסף כיצד Samsung עושה שימוש בכימיקלים, בקר באתר האינטרנט של Samsung.

פתרון בעיות

לפני הפנייה למרכז שירות של Samsung או למרכז שירות מורשה, אנא נסה את הפתרונות שלהלן. ייתכן שמצבים מסוימים לא יהיו רלוונטיים לשעון היד שברשותך. אפשר גם להשתמש ב-Samsung Members כדי לפתור כל בעיה שעשויה להופיע במהלך השימוש במכשיר.

בשעון היד מופיעות הודעות על שגיאות רשת או שירות

- כאשר אתה נמצא באזורים עם אותות חלשים או קליטה באיכות ירודה, ייתכן שהקליטה תאבד. עבור לאזור אחר ונסה שוב. בשעה שאתה עובר מאזור לאזור, ייתכן שהודעות שגיאה יופיעו שוב ושוב.
- אין באפשרותך לגשת לאפשרויות מסוימות ללא מנזר. למידע נוסף, פנה לספק השירות שלך.

לא ניתן להפעיל את שעון היד

כשהסוללה ריקה לחלוטין, לא ניתן להפעיל את שעון היד. טען את הסוללה במלואה לפני הפעלת שעון היד.

זיהוי המגע איטי או בעייתי

- זיהוי המגע עלול להשתבש במצבים הבאים:
 - אם חוברו למסך מגן מסך או אביזרים אופציונליים
 - אם הידיים עטויות כפפות או אינן נקיות, או אם מקישים על המסך עם עצמים חדים או בקצות האצבעות
 - בתנאי לחות או בחשיפה למים
- הפעל מחדש את השעון יד כדי לנקות בעיות תוכנה זמניות.
- ודא שתוכנת שעון היד מעודכנת לגרסה העדכנית ביותר.
- אם המסך נשרט או נפגם יש לפנות למרכז שירות של Samsung או למרכז שירות מורשה.

השעון יד נתקע, או נתקל בבעיה

נסה את הפתרונות הבאים. אם הבעיה עדיין לא נפתרה, פנה למרכז שירות של Samsung או למרכז שירות מורשה.

הפעלה מחדש של שעון היד

אם שעון היד קופא או נתקע, ייתכן שיהיה עליך לסגור יישומים או לכבות את שעון היד ולהפעיל אותו מחדש.

כפיית הפעלה מחדש

אם שעון היד נתקע ולא מגיב, לחץ והחזק את לחצן הבית ואת לחצן חזרה בו-זמנית למשך יותר מ-7 שניות כדי לבצע הפעלה מחדש.

איפוס שעון היד

אם השיטה הנ"ל אינה פותרת את הבעיה, בצע איפוס לנתוני היצרן.

במסך היישומים, הקש על סמל ההגדרות (⚙️) ← כללי ← איפוס ← איפוס. לחלופין, פתח את היישום Galaxy Wearable בטלפון, והקש על הגדרות שעון ← כללי ← איפוס ← איפוס. אם שעון היד והטלפון אינם מחוברים בזמן איפוס השעון יד, הנתונים השמורים בשעון היד יימחקו.

מכשיר Bluetooth אחר לא יכול לאתר את שעון היד

- יש לוודא שתכונת ה-Bluetooth של השעון יד מופעלת.
- אפס את שעון היד, ונסה שוב.
- ודא ששעון היד ומכשיר ה-Bluetooth השני נמצאים בטווח חיבור של ה-Bluetooth (10 מ'). המרחק עלול להשתנות בהתאם לסביבה בה המכשירים בשימוש.
- אם הטיפים שלעיל לא פותרים את הבעיה, פנה למרכז שירות של Samsung או למרכז שירות מורשה.

לא נוצר חיבור Bluetooth בטלפון, או שהשעון יד והטלפון מנותקים זה מזה

- ודא שהתכונה Bluetooth מופעלת בשני המכשירים.
- ודא שאין שום מכשולים, כגון קירות או ציוד חשמלי ביו המכשירים.
- ודא שהגרסה העדכנית ביותר של היישום Galaxy Wearable מותקנת בטלפון. אם יישום Galaxy Wearable לא מעודכן לגרסתו האחרונה, עדכן את היישום Galaxy Wearable לגרסה האחרונה.
- ודא ששעון היד ומכשיר ה-Bluetooth השני נמצאים בטווח חיבור של ה-Bluetooth (10 מ'). המרחק עלול להשתנות בהתאם לסביבה בה המכשירים בשימוש.
- הפעל מחדש את שני המכשירים, ופתח שוב את היישום **Galaxy Wearable** בטלפון.

שיחות לא מתחברות

- ודא שהשעון יד מחובר לטלפון באמצעות Bluetooth.
- ודא שלטלפון ולשעון היד יש גישה לרשת הסלולרית הנכונה.
- ודא שלא הגדרת חסימת שיחות עבור מספר הטלפון שאותו אתה מחייג בטלפון.
- ודא שלא הגדרת בטלפון חסימת שיחות עבור מספר הטלפון הנכנס.
- בדוק את מצבים מסוימים מופעלים. אם מצבים מסוימים הופעלו, ייתכן ששיחות נכנסות יושקו, ושהמסך לא יופעל בעת קבלת שיחות נכנסות.

אנשים אחרים לא יכולים לשמוע אותך במהלך שיחה

- ודא שאינך מכסה את המיקרופון המובנה.
- ודא שהמיקרופון קרוב לפיך.
- אם אתה משתמש באוזניית Bluetooth, ודא שהיא מחוברת היטב.

נשמעים הדי קול במהלך שיחה

כוונן את עוצמת הקול או עבור לאזור אחר.

החיבור לרשת הסלולרית או לאינטרנט מתנתק לעתים קרובות, או שאיכות השמע ירודה

- ודא שאינך חוסם את האנטנה הפנימית של שעון היד.
- כאשר אתה נמצא באזורים עם אותות חלשים או קליטה באיכות ירודה, ייתכן שהקליטה תאבד. ייתכן שאתה נתקל בבעיות קישוריות בשל בעיות בתחנת הבסיס של ספק השירות. עבור לאזור אחר ונסה שוב.
- בעת שימוש במכשיר תוך כדי תנועה, ייתכן ששירותי רשתות אלחוטיות לא יהיו זמינים, עקב בעיות ברשת של ספק השירות.

הסוללה לא נטענת כהלכה (עבור מטענים באישור Samsung בלבד)

- הקפד לחבר את שעון היד כראוי למטען האלחוטי.
- בקר במרכז השירות של Samsung או מרכז שירות מורשה, והסדר את החלפת הסוללה. כדי לקבל תמיכה טובה יותר במסגרת השירות, יש להביא את המטען ואת כבל ה-USB שבהם אתה משתמש. אם הטעינה האלחוטית לא פועלת, הבא גם את המטען האלחוטי.

הסוללה מתרוקנת מהר יותר מבעבר

- כאשר שעון היד או הסוללה נחשפים לטמפרטורות גבוהות מאוד או נמוכות מאוד, ייתכן שיעילות הטעינה תרד.
- צריכת הסוללה תעלה בעת השימוש ביישומים מסוימים.
- הסוללה היא מוצר מתכלה, ויעילות הטעינה מתקצרת עם הזמן.

שעון היד חם למגע

כשאתה משתמש ביישומים הצורכים יותר חשמל, או משתמש ביישומים בשעון היד לפרק זמן ממושך, שעון היד עלול להיות חם למגע. זוהי תופעה תקינה, שלא משפיעה על אורך חיי שעון היד או על ביצועיו. במקרה של התחממות יתר, אל תשתמש בשעון היד לזמן מה. אם שעון היד עדיין חם, פנה למרכז שירות של Samsung או מרכז שירות מורשה.

שעון היד לא מצליח למצוא מיקום נוכחי

השעון יד משתמש במידע מיקום מהטלפון. ייתכן שאותות GPS נחסמים על-ידי מכשולים במקומות מסוימים, למשל בתוך מבנים. הגדר שימוש ברשת Wi-Fi או ברשת סלולרית לאיתור מיקומך הנוכחי.

מופיע מרווח קטן מסביב לחלק החיצוני של מארז שעון היד

- רווח זה הוא תכונת ייצור חיונית, וייתכנו תנועות או טלטולים קלים של רכיבים פנימיים.
- עם הזמן, החיכוך בין הרכיבים עלול להרחיב מעט את הרווח.

אין מספיק שטח אחסון בשעון היד

מחק נתונים מיותרים, קבצים או יישומים שאינם בשימוש, כדי לפנות שטח אחסון.

Copyright

Copyright © 2025 Samsung Electronics Co., Ltd.

מדריך זה מוגן תחת החוק הבינלאומי לזכויות יוצרים.

אין לשכפל, להפיץ, לתרגם או להעביר חלק כלשהו ממדריך זה בכל צורה או בכל אמצעי, אלקטרוני או מכני, לרבות צילום, הקלטה ואחסון במערכות לאחסון ואחזור מידע.

סימנים מסחריים

- Samsung והסמל של Samsung הם סימנים מסחריים רשומים של Samsung Electronics Co., Ltd.
- Bluetooth® הוא סמל מסחרי רשום של Bluetooth SIG, Inc. בכל העולם.
- Wi-Fi®, Wi-Fi Direct™, Wi-Fi CERTIFIED™, והלוגו של Wi-Fi הם סמלים מסחריים רשומים של ה-Wi-Fi Alliance.
- כל זכויות היוצרים והסימנים המסחריים האחרים הם רכוש של בעליהם בהתאמה.