

**SMARTKLOCKA**  
SENIORNET 2023-11-10  
KRISTIAN LEJON



# AGENDA

AKTIVITETSARM BAND, TRÄNINGSKLOCKA,  
SMARTKLOCKA

- VAD SKILJER DEM ÅT?

NYCKELFUNKTIONER SMARTKLOCKA

FAQ

VÄLJA RÄTT KLOCKA

FRÅGOR



# AKTIVITETSARMAND

En trimmad stegräknare

## Funktioner

- Klocka
  - Aktivitetsmätning och uppföljning mot tidssatta mål – Steg, trappor, distans genom uppskattad steglängd.
  - Sömnövervakning
  - Pulsmätning
  - Aviseringar och enklare hantering, tex färdiga svar på sms.
  - Enkel styrning av musiktjänster på telefonen
- 
- Batteritid 5-10 dygn
  - Pris 300-2000 kr



# TRÄNINGSKLOCKA

## Funktioner – utöver aktivitetsarmband

- Många olika träningsprogram, stor variation mellan märke och modell.
- Ofta mer robusta än smartklockor.
- GPS i många fall mer påkostade än smartklockor, ibland med höjdmätning
- Möjlighet att ansluta pulsband, kadensmätare osv.
- Kartor, Pistkartor, Golfbanor, ruttförslag osv. Obs stor variation mellan modeller.
- Offlinemusik och möjlighet att ansluta hörlurar.
- Med eller utan touchskärm.
- Mer påkostade varianter erbjuder betalfunktioner, Nödfunktioner samt mer avancerade hälsoövervakningsfunktion som EKG, Blodsyre, Hudtemperatur, Hjärtfrekvensvariationer osv.



# SMARTKLOCKA – ANDROID & IOS

## Funktioner

- Prata via klockan eller hörlurar
- Skicka sms, genom att skriva eller röststyrning
- Hälsfunktioner
- Nödfunktioner
- Träningsfunktioner
- GPS – inte riktigt lika precis som de bästa träningsklockorna
- Styrning av telefonen och smarta hemmet
- Ladda ner egna appar via App-store & Google Play
- Röststyrning
- Betala direkt med klockan
- Lagra bilder, musik osv i offlineläge.
- Kalender & Larm
- Med esim full frihet
- Batteritid 18-72 timmar beroende på inställningar, några timmar i träningsläge med GPS aktiv.



# SMARTKLOCKA – NÖD- OCH HÄLSOFUNKTIONER

- Nödkontakter – 1 att ringa upp (112), 4-6 som får sms
- Trygghetslarm – Tex om man känner sig hotad eller liknande.
- Falldetektion & Kraschdetektering – Nödsamtal och sms till anhöriga
- Varningar vid förändring i Hudtemperatur, oregelbunden hjärtrytm, Hög/låg puls osv.
- Nödsamtal & SMS kräver uppkoppling till telefon eller esim.



Nödanrop SOS<sup>3</sup>

Internationella nödsamtal<sup>24</sup>

Falldetektering och kraschdetektering<sup>3</sup>



Appen Syrenivå i blodet<sup>16</sup>

Appen EKG<sup>12</sup>

Varningar vid låg och hög puls

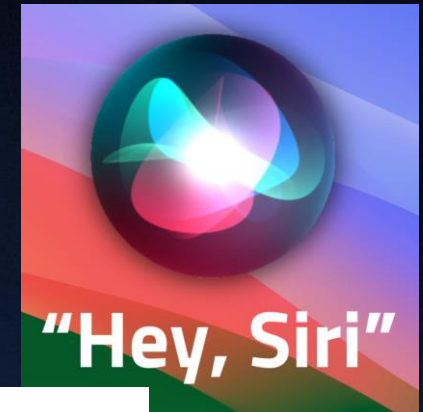
Varningar om oregelbunden rytm<sup>13</sup>

Notiser om låg konditionsnivå



# SMARTKLOCKA – UNDERLÄTTA VARDAGEN MED ENKEL STYRNING DIREKT PÅ HANDEDEN

- Röststyrning för mängder av funktioner såsom sms, samtal, appstyrning osv.
- Få alla dina dagliga påminnelser som möten, besök, träning, medicinering osv direkt på armen.
- Ladda ner rätt app för att styra dina smarta produkter, tex philips hue, tesla, yale, google nest osv.
- Musiktjänster online och offline.
- Registrera ditt kort i klockan och betala utan kort eller telefon.
- Var är min mobil? Frekvent fråga hos mig. Pinga från klockan.
  
- Med aktivt esim i klockan kommer du åt alla funktioner utan telefonens närvaro.



# FAQ

- **eSim? Vad är det och Varför behöver jag det?**

Finns inbyggt i en del modeller och innebär att klockan kan få en egen uppkoppling med ett abonnemang för att slippa ha med telefonen.

Upp till 69kr i månaden som tillval till det vanliga mobilabonnemanget beroende på operatör.

- **Måste klockan alltid låsas upp för att se sms och annat?**

Säkerhetsinställningar går att justera, allt från helt öppen till pinkod och att den måste sitta på Handleden.

- **Kan jag träna med min smarta klocka?**

Absolut! Det finns bra träningsfunktioner i alla bättre smartklockor. Ofta något enklare GPS och kortare batteritid än man får i en träningsklocka.

- **Så... vilken klocka ska jag välja???**





# VÄLJ RÄTT KLOCKA UTIFRÅN DITT BEHOV OCH ÖNSKEMÅL

- Följa sömn, steg, och få enklare notiser från telefonen? → Aktivitetsarmband
- Fokus på träning och lång batteritid men inte så viktigt med smarta funktioner? → Träningsklocka
- Alla smarta funktioner, trygghet, träning och ökad frihet i vardagen? → Smartklocka
- **Vilket märke och modell ska jag välja?**  
Håll dig inom samma operativsystem och gärna samma märke.  
Full funktion – Igenkänning och användarvänlighet – Enklare installation
- **eSim eller inte?**  
Är nödfunktionerna och tillgänglighet viktigt? Isf ja!



# APPLE WATCH

## Apple Watch SE

- Pris från 3495 kr utan och från 4195 kr med esim
- 40-44 mm
- Full smart funktion
- Upp till 18 timmars batteri



## Apple Watch Series 9

- Pris från 5695 kr utan och från 6895 kr med esim
- 41-45 mm med Safirglas, Bättre skärm och processor
- Kroppstemp, EKG och syrenivå
- Upp till 36 timmars batteri och snabbbladdning



## Apple Watch Ultra

- Pris 11495 kr
- 49 mm med Safirglas, Ytterligare Bättre skärm och titanboett
- Nödsiren
- Bättre GPS
- Simtålig
- Upp till 72 timmars batteri och snabbbladdning



# ANDROID

## Samsung Galaxy Watch 6 & 6 Classic

- Pris 4190-5290 kr utan och från 4290-5890 kr med esim
- 37-47 mm
- Full smart funktion
- Upp till 40 timmars batteri



## Google Pixel Watch 2

- Pris från 4590 kr utan och från 5190 kr med esim
- 41 mm Kroppstemp
- Full smart funktion
- Ca 24 timmars batteri




**FRÅGOR**



# FRI INSTALLATION VID KÖP AV NY SMARTKLOCKA FRÅN APPLE, SAMSUNG ELLER GOOGLE

## Installation på köpet till 2023-12-31

- Ordinarie pris 299 kr.
- Uppge kod "Seniorsupport" vid köp.
- Gäller endast i Växjö och max 1 produkt per kund.



Startklar smartwatch/sportklocka - uppdaterad och anpassad  
**RTGWEARABLES**

- ✓ Registrering av produkten hos tillverkaren
- ✓ Nedladdning av app till mobiltelefon
- ✓ Synkronisering med mobiltelefon

**Add** **299.-**



## PROVA AKTIVITETSARMBAND?

**35% rabatt på Goji aktivitetsarmband till 2023-12-31**

- Ordinarie pris 299-499 kr beroende på modell.
- Uppge kod "Senioraktivitet" vid köp.
- Gäller endast i Växjö och max 1 produkt per kund.



# FRI PC-SUPPORT FÖR KUNDKLUBBSMEDLEMMAR

FÖR VÅRA  
MEDLEMMAR



## 15 MINUTERS FRI PC SUPPORT FÖR VÅRA MEDLEMMAR!

En av alla förmåner som Kundklubsmedlem  
är att du vid ett tillfälle får 15 minuters fri  
PC-support på plats i varuhuset!

Vill du veta mer? Fråga oss!



**TACK FÖR MIG!**

