

# Brainy

## AVS přístroj

pro verze operačního systému iOS a Android

návod k použití včetně programové knihovny  
verze 1.0  
poslední revize: 03/2022



výhradní dodavatel

### **Poznámka:**

V tomto návodu používáme pro zjednodušení termín „mobilní telefon“, myslí se tím ovšem veškerá zařízení, která mají operační systém Android nebo iOS.

## Kompatibilita:

### **Kompatibilita Brainy pro zařízení s operačním systémem iOS:**

- iPhone 4S a novější.
- iPad 3 a novější.
- iPad Mini, také veškeré verze Retina, Air, Wifi, Cellular.
- iPod touch a novější.
- Nutné vlastnit účet na iTunes či Appstore pro stažení ovládací aplikace.
- Volnou kapacitu ve Vašem zařízení minimálně 35 MB (pro software).
- Aktualizovaný iOS na verzi 9.3.2 a novější.

### **Kompatibilita Brainy pro zařízení s operačním systémem Android:**

- Jakékoliv zařízení s verzí Android 10.0 a novější.

Aplikace Brainy je pravidelně aktualizována a její stažení a chod je na výše uvedených zařízeních bezproblémový. Nicméně nikdy nemůžeme garantovat 100% kompatibilitu na všech zařízeních, s ohledem na rychlost vývoje a změn u mobilních zařízení a aplikací.

# Zdravotní upozornění

## Kontraindikace

**Bez konzultace s lékařem by neměly používat AVS přístroj tyto osoby:**

- osoby trpící jakýmkoliv diagnostikovaným záchvatovým onemocněním (např. epilepsií),
- osoby s diagnostikovanou vážnou duševní poruchou (např. schizofrenií),
- osoby po vážném úraze hlavy nebo páteře nebo mozkové mrtvici

Pro tyto skupiny osob se doporučuje prvních několik sezení provádět pod odborným dohledem. Používání farmak souběžně s AVS stimulací je snášeno dobře a kontraindikace nebyly zaznamenány. Tento přístroj není prostředkem zdravotnické techniky.

## Snášenlivost a bezpečnost

Vývoj AVS technologie trval přes 50 let a během této doby nebyly při klinickém ani samouživatelském používání zjištěny žádné závažné vedlejší účinky a vznik závislosti. Pokud se vyskytnou nežádoucí účinky, jsou mírné, přechodné a předvídatelné. V takovém případě ztlumte intenzitu světla nebo zvuku nebo stimulaci ukončete a začněte znovu až druhý den.

*Přechodné nežádoucí účinky mohou být například:*

- Bolest hlavy nebo nevolnost.
- U osob trpících světloplachostí, šedým zákalem (kataraktou) nebo zeleným zákalem (glaukomem) může světelná stimulace vyvolat nepříjemné pocity.

## Doporučení pro plnohodnotný zážitek a účinek

- Stimulanty, jako jsou káva, čaj, energetické nápoje, kouření tabáku a další, požití těsně před použitím přístroje, mohou snížit účinek stimulace, zejména relaxačních a spánkových programů.
- Při používání přístroje mějte zavřené oči (pokud není výslovně v návodu uvedeno jinak). Vnímání světelné stimulace otevřenými očima není zraku škodlivé.
- Po dobu akutní zdravotní indispozice (respirační onemocnění, bolest hlavy, nevolnost apod.) přístroj nepoužívejte.
- Použití přístroje souběžně s podáváním alkoholu nebo drogových látek může vyvolat nevolnost.
- Bezprostředně po skončení stimulace (do cca 15 minut) se nedoporučuje, bez předchozí zkušenosti s používáním přístroje, řídit motorové vozidlo a stavební stroje.
- Věková hranice není omezena.
- Pro zdravé děti do zhruba 6–10 let věku nemá obvykle použití přístroje žádný zdravotní význam.

## Stažení aplikace (software)

Stáhněte si aplikaci k ovládání Brainy, buď na GooglePlay (pro mobilní platformy Android) či na AppStore (pro mobilní platformy Apple).

Název aplikace najdete na přiložené kartičce uvnitř balení Brainy.

**Upozornění: aplikace se může jmenovat i jinak než Brainy (dle verze technického a regionálního provedení).**

Aplikace pro iOS a Android jsou funkcemi a programy shodné, liší se jen mírně odlišnou grafikou. Návod je zhotoven pro platformu Android, odlišnosti pro verzi iOS bezpečně poznáte.

# Základní obsluha

## Nabíjení

- Před prvním použitím Brainy plně nabijte. Plné nabití trvá 1-4 hodiny.
- Zdíčka pro nabíjení kabelem mini USB je na horní hraně Brainy vedle tmavě žlutého tlačítka ON/OFF.
- Během nabíjení nelze Brainy používat. Během nabíjení Brainy vypněte.
- Brainy obsahuje lithium-polymerovou baterii, která zajistí 4-8 hodiny provozu.

## Zapnutí a vypnutí přístroje

- Brainy zapnete velmi krátkým stiskem tlačítka ON/OFF na horní hraně Brainy. Zelená kontrolka bude 5 sekund po zapnutí trvale svítit, poté se rozblíká.
- Pokud bliká zelená kontrolka, a stisknete toto tlačítko velmi krátce, tak se kontrolka znovu na 5 sekund trvale rozsvítí – tím resetujete Brainy pro Bluetooth párování s mobilním telefonem.
- Vypnutí Brainy provedete delším (cca 2 sekundy) stiskem tlačítka ON/OFF.

## LED kontrolky

- Kontrolka bliká zeleně: Brainy (baterie) je v pořádku a zapnutý.
- Kontrolka trvale svítí zeleně (vždy jen na 5 sekund): Brainy je v pořádku, zapnutý a navazuje spojení bluetooth.
- Kontrolka bliká střídavě červeně a zeleně: baterie je těsně před vybitím a může se vybit již během následujícího jednoho programu.
- Kontrolka svítí červeně: nabíjení kabel je zapojen a baterie se nabíjí.
- Kontrolka rychle bliká červeně: jednotka je zapnutá při dobíjení – toto je nepřípustné, okamžitě jednotku vypněte.
- Kontrolka nesvítí ani neblíká: Brainy je vypnutý nebo je zcela vybitá baterie.

# Spárování Brainy s mobilním telefonem

## Sluchátka:

- Zapněte na svém mobilním telefonu funkci bluetooth. Spárujte nyní mobilní telefon se sluchátky.
- Verze (název) sluchátek se liší podle aktuální verze balení Brainy.
- Sluchátka nemusíte používat bezdrátově – mobilní telefon a sluchátka můžete propojit i kabelem (součástí kompletu).

## Brýle - Brainy:

- Zapněte Brainy tlačítkem ON/OFF.
- Zapněte na svém mobilním telefonu funkci bluetooth a dejte spárovat mobilní telefon s Brainy. Úspěšné navázání spojení ohlásí většina telefonů hlášením „Bluetooth Connected“ nebo „Uloženo“.
- Pak přejděte do aplikace. Napravo nahoře u nápisu vidíte ikonku brýlí, která je nyní červená.
- Krátkým stiskem ON/OFF se zelená kontrolka trvale rozsvítí. Tím dojde ke spárování mobilního telefonu a Brainy – ikonka brýlí v aplikaci zezelená.
- Tím je Brainy připraven k samotnému použití – ke spuštění programu.

## Upozornění

Proces párování sluchátek bývá vždy standardní, proces párování brýlí s mobilním telefonem ale může vykazovat odchylky vůči návodu, s ohledem na rozličné typy mobilních telefonů. Pokud spárování neprobíhá podle popsaného návodu, vyzkoušejte:

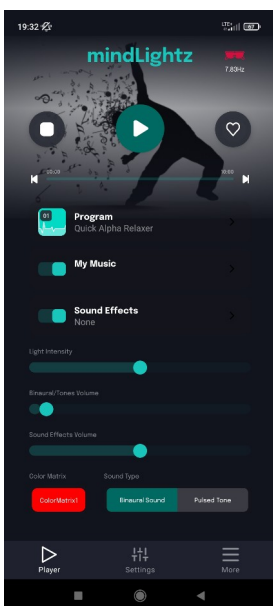
- jiné pořadí zapínání, například nejdříve zapnout mobilní telefon a bluetooth, teprve poté Brainy,
- restartovat, resp. obnovit hledání bluetooth,
- restartovat mobilní telefon,
- znovu vypnout a zapnout Brainy,
- odinstalovat a znovu nainstalovat aplikaci Brainy.

## Výběr programu a ovládání funkcí

Spárování brýlí a sluchátek jste již provedli – v aplikaci vpravo nahoře (u nápisu) je ikonka brýlí svítící zeleně.

### Hlavní obrazovka

PS: Grafická verze pro Android.



## Popis jednotlivých funkcí:

### Program

Program vybíráte z knihovny programů (najdete zde v závěru návodu) a poté klikem na ikonku programu. U programu je uveden název, čas a grafické zobrazení frekvence programu.

### Srdce – oblíbený program

Srdce v kolečku umístěné na pravé straně od hlavního tlačítka (Play/Pauza): stiskem si program uložíte do sekce Oblíbených programů. Tato sekce se vám v seznamu programů ukáže přednostně.

### My Music

Pomocí této funkce si k jakémukoliv programu můžete pustit jakoukoliv nahrávku (hudbu, afirmaci, učení...), kterou máte uloženu ve svém mobilním telefonu.

Nahrávka musí být ve formátu MP3.

Nahrávka musí být vybrána před spuštěním programu, jinak se nespustí.

Pokud je nahrávka kratší než program, bude se přehrávat stále dokola až do doby skončení programu.

**Pro většinu telefonů se provádí výběr hudby takto:**

- levý zelený posuvník zapnout doprava – funkce „My music“ je tak aktivní
- šipkou vpravo vstoupit do výběru nahrávek
- vybrat ze seznamu nahrávku - kliknout na ní (označit ji)
- vpravo nahoře stisknout DONE
- vrátit se k programu

Název nahrávky bude uveden šedě pod názvem funkce My Music.

## Sound Effects

Zapnutí zvukových efektů, většinou se jedná o přírodní zvuky.

Jednotlivé zvuky můžete měnit kdykoliv během programu. Přepínání během nedoporučujeme, mělo by to rušivý vliv na účinnost programu.

Výběr (překlad):

- None (žádný efekt)
- Babbling Brook – Bublající potok
- Crickets - Cvrčci
- Heartbeat – Zvuk srdce
- Mountain Stream – Horský potok
- Ocean Waves – Mořské vlny

## Light Intensity

Volba jasu (intenzity světla) brýlí, od 0% do 100%.

## Binaural/Tones Volume

Volba hlasitosti rytmických zvuků. Specifické rytmické zvuky (binaurální zvuky nebo pulsní tóny) jsou ve všech programech obsaženy vždy. Zde je zde potlačit nebo úplně vypnout (hlasitost na 0).

Rytmické zvuky a zvukové efekty se vylučují: u programu lze mít zapnuté jedno nebo druhé. Hudba se nevylučuje s ničím, tu můžete mít zapnutou současně se zvukovými efekty i rytmickými zvuky.

## Sound Effects Volume

Volba hlasitosti zvukových efektů, od 0% do 100%.

## ColorMatrix

Druh světelné stimulace. Rozdíly jsou nepatrné, vyzkoušejte podle pocitu.

## Sound Type – Binaural Sound nebo Pulsed Tone

Jedná se o dva druhy rytmických zvuků. Binaurální zvuk (souzvuk dvou tónů, přičemž do každého ucha je poslán zvuk o jiné frekvenci) je účinnější pro přeladění mozkových vln. Pulsní zvuk je zase pro většinu lidí příjemnější na poslech. Volba druhu zvuku nemá na účinnost primární vliv – zvolte to, co je vám příjemnější.

## Player - Spuštění

Pokud jste v jiné části ovládání přístroje, tak se tímto tlačítkem vrátíte k hlavní obrazovce.

## Settings - Nastavení

Vstup do podrobných specifik programu. Kromě funkcí, které máte i v hlavním menu, zde můžete volit další parametry.

## Count down – Odpočítávání před spuštěním programu

Volba 0-10 sekund.

## Frequency – frekvence

Bez velké znalosti AVS technologie vám vůbec nedoporučujeme frekvenci programu upravovat.

## Pitch – tónina

Mění tóninu rytmických zvuků. Hlubší tónina (ukazatel doleva) je vhodná pro uvolnění (spánek, relaxace) a vyšší tónina (ukazatel doprava) pro nabuzení (energie, koncentrace).

## Phase – fázování

Upravuje tzv. fáze, to znamená, v jaké synchronicitě blikají diody pro levé a pravé oko a pro levé a pravé ucho. Bez velké znalosti AVS technologie vám nedoporučujeme tuto funkci používat.

Funkce frekvence, tónina a fázování lze nastavit pouze před spuštěním startu programu (nikoli v průběhu programu). Vstupte do Settings, nastavte si parametry a pak si nahoře vyberte příslušný program a spusťte jej.

**Upozornění:** pokud nechcete měnit tyto parametry programu, spouštějte program vždy z hlavní obrazovky. Při spuštění programu z obrazovky Settings se program přenastaví podle zvolených funkcí!

K hlavní obrazovce se vrátíte stiskem tlačítka Player.

## Hlasitost

Celkovou hlasitost si můžete ladit také přímo na mobilním telefonu.

## Pauza

Stiskem tlačítka pauza se program zastaví na místě (frekvence a další parametry „zamrznou“).

**Upozornění:** nesnažte se měnit zvukové efekty, druhy rytmických zvuků a případně hlasitosti častěji během programu. Z hlediska účinnosti to nemá žádný zvláštní efekt, bude vás to rozptylovat a Brainy nemusí stihnout adekvátně rychle na změny zareagovat a přerušit tak některou funkci nebo se vypne.

## Péče a údržba

Nepoužívejte přístroj v rozporu s návodem k použití. Při používání přístroje v rozporu s návodem nebo v rozporu s obvyklými obecně známými zvyklostmi používání zaniká při vzniku závady nárok na záruku a záruční opravu.

**Dovolujeme si upozornit, že na mechanická poškození se nevztahuje záruka.**

- Chraňte přístroj a jeho příslušenství před prachem, nečistotou a pády.
- Chraňte přístroj a příslušenství před relativní vlhkostí nad 65% a před vniknutím vody či jiné tekutiny do přístroje. Pokud přesto dojde k jejich zvlhnutí, příslušenství nezapojujte, abyste se podívali, zda stále funguje! To by mohlo způsobit trvalé poškození obvodů.
- Nenechávejte přístroj vystaven přímému slunci po delší dobu anebo uvnitř uzavřené ho automobilu za horkého počasí.
- Chraňte přístroj před teplotami nad 45 stupňů Celsia a pod 0 stupňů Celsia.
- Vyvarujte se poškrábání brýlí, protože jsou z plastu a nedbalým zacházením se snadno poškodí.
- Můžete je vyčistit čistým měkkým mírně navlhčeným hadříkem, aby se na nich neusazovaly mastnota a nečistota. K čištění nepoužívejte suchý ani znečištěný hadřík, papírový ručník nebo ubrousek, ani svou košili, neboť byste mohli jejich povrch poškrábat.
- Neroztahujte nožičky brýlí, přestože jsou částečně pružné, jinak hrozí jejich ulomení nebo zlomení rámu brýlí. Neroztahujte nohy sluchátek, přestože jsou pružné, jinak hrozí jejich zlomení nebo poškození.
- Zapojte kabely do správných zdířek, správnou stranou a rovně. Jinak se konektory na přístroji a koncovky kabelů zničí. Poškození se nemusí projevit hned, ale má zásadní vliv na životnost přístroje.
- Nenamotávejte kabely, ale nechte je volně – vydrží déle.

- Nepoužívejte pro čištění a údržbu žádné tekutiny, mazadla a lepidla. Ty nemusí způsobit poškození přístroje ihned, ale mají zásadní vliv na životnost přístroje. Neprovádějte na přístroji neoprávněné opravárenské zásahy.

-----konec-----