

# Aidon asennus ja käyttö

Uni & Terveys -tutkimus

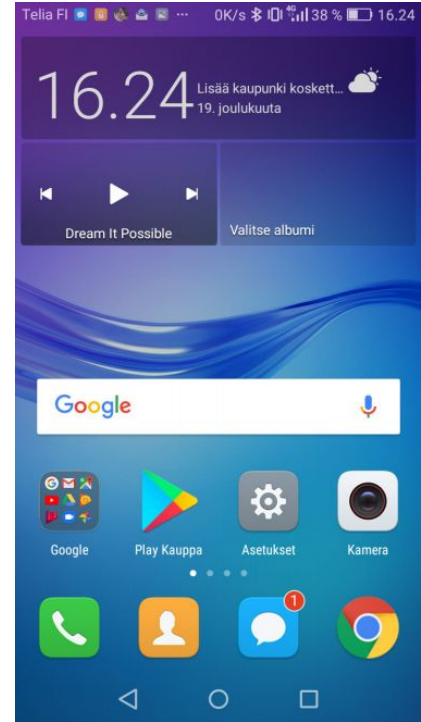


# Lataus

1. Avaa ohjelma Play kauppa (Android) tai Appstore (Iphone)

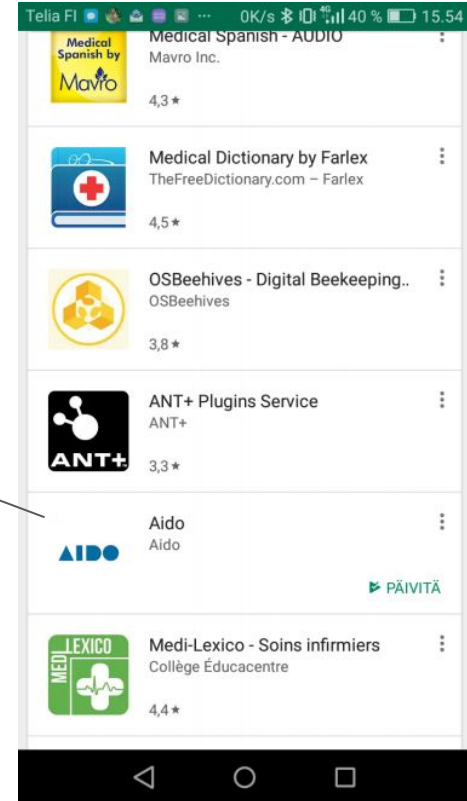


2. Hae Aido applikaatiota nimellä "Aido health"



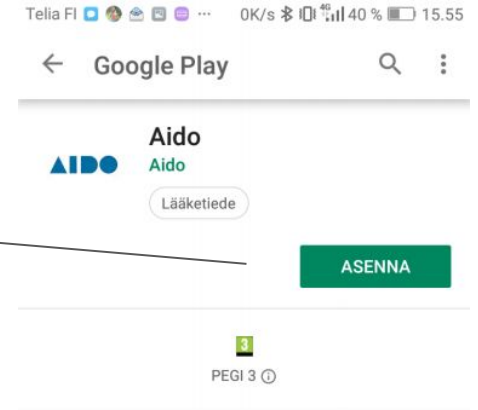
# Lataus

## 3. Lataa sovellus



# Lataus

4. Asenna ja avaa sovellus



# Google Fit

4b. Mikäli käytät Android puhelinta, lataa myös Google Fit sovellus. Tämä tarvitaan, jotta tutkimukseen pystytään keräämään myös aktiivisuustietoja käyttäjästä.

Iphonen käyttäjillä Apple Health sovellus tulee puhelimen mukana, eikä erillisiä toimenpiteitä tarvita.

Lataa sovellus ja asenna se näytöllä näkyvien ohjeiden mukaisesti.



## Google Fit: Activity Tracking

Google LLC Health & Fitness

★★★★★ 452,230

PEGI 3

Add to Wishlist

Install



Get to a healthier and more active life with the new Google Fit!

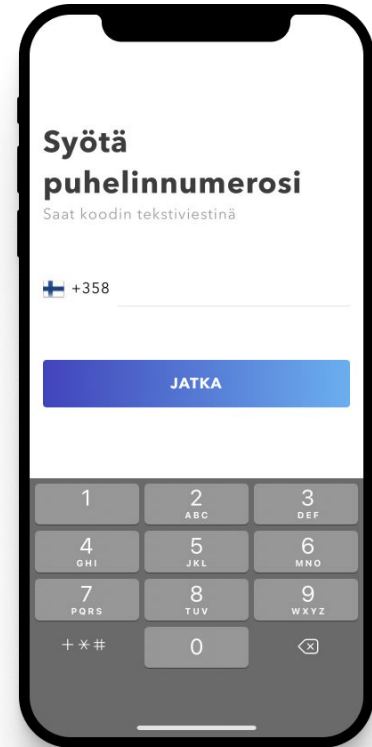
It's hard to know how much or what kind of activity you need to stay healthy. That's why Google Fit collaborated with the World Health Organization (WHO) and the American Heart Association (AHA) to bring you Heart Points, an activity goal that can help improve your health.

# Aido app

5. (Mikäli käytät Android puhelinta, asenna ensin Google Fit sovellus, ellei sinulla jo ole sitä puhelimesiasi asennettuna.)

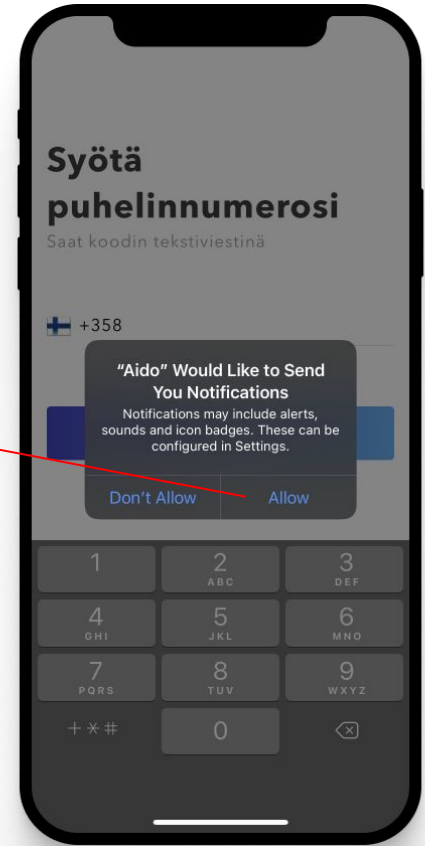
Avaa Aido applikaatio.

Syötä puhelinnumerosi kenttään ja paina Jatka. Huomaathan, että puhelinnumeron tulee olla rekisteröity tutkimuksen tietokantaan ennen kuin applikaatio voidaan ottaa käyttöön.



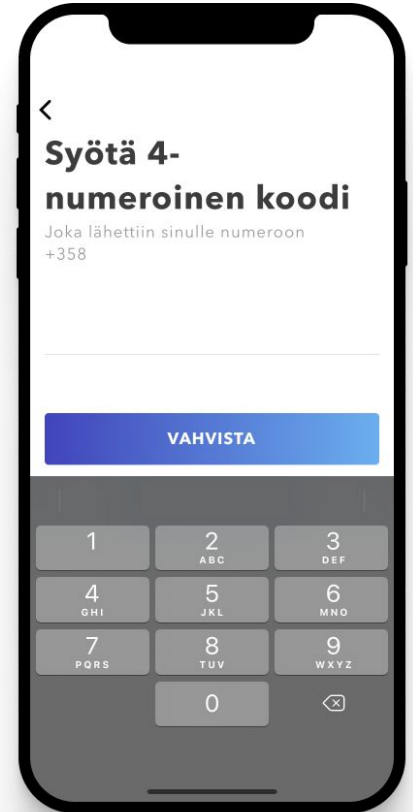
# Asennus

6. Hyväksy ilmoitukset. Applikaatio pyytää sallimaan ilmoitukset tässä kohtaa. Salli ilmoitukset, jotta applikaatio ja sitä myöden myös tutkimus toimii oletetulla tavalla.



# Asennus

7. Saat tekstiviestitse 4-numeroisen koodin.  
Syötä se sille varattuun kenttään  
ja paina Vahvista



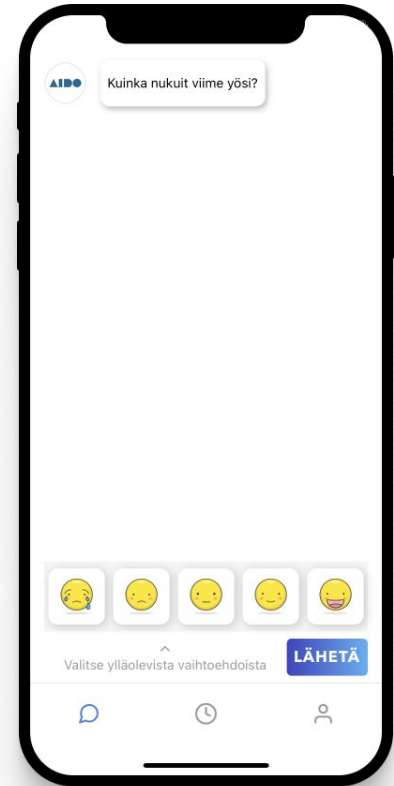


# Asennus

8. Valmis! Kiitos asentamisesta. Applikaatio on nyt valmiina käyttöön.

Alareunassa on 3 välilehteä eri ikonein (vasemmalta oikealle):

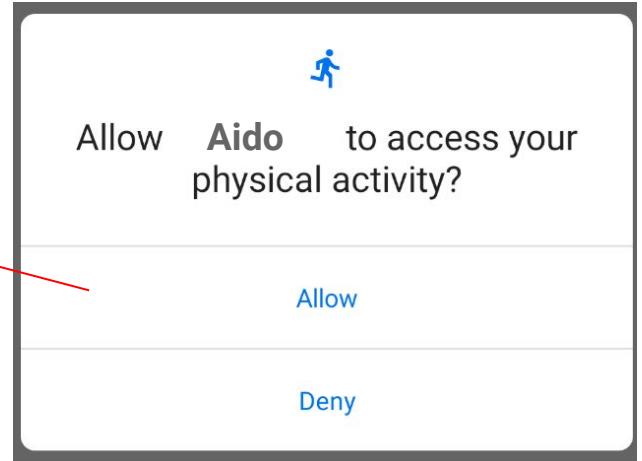
- Kysely
- Lääkkeenotot (ei käytössä tässä tutkimuksessa)
- Profili



# Aktiivisuusdatan kerääminen

8b. Tässä kohtaa applikaatio pyytää sinua sallimaan käyttäjän aktiivisuusdatan keräämisen Google Fit tai Apple Health sovelluksen kautta.

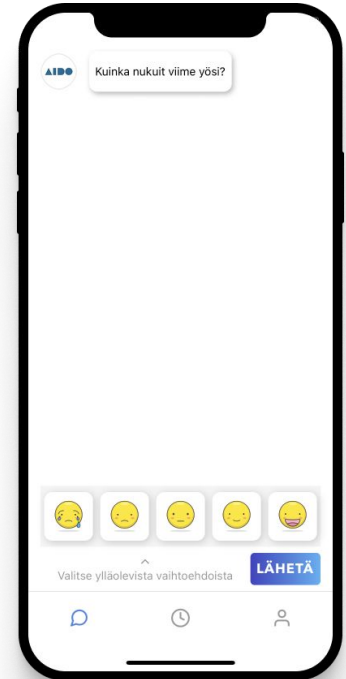
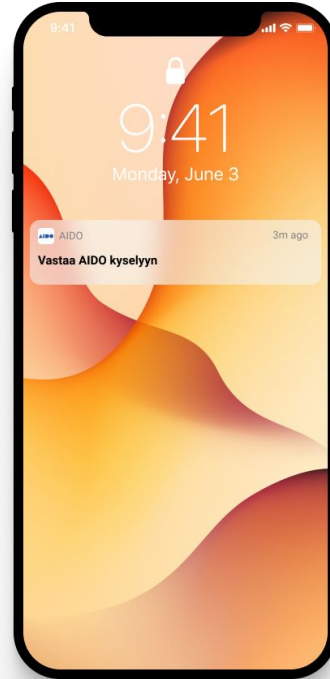
Nämä käyttöoikeudet ovat välttämättömiä, jotta tutkimus voidaan toteuttaa kattavasti, joten on suositeltavaa sallia ne. Aido käyttää keräämäänsä aktiivisuustietoja ainoastaan tutkimustarkoitukseen, eikä koskaan luovuta tietoja ulkopuolisille tai kolmansille osapuolille.



# Käyttö

9. Tutkimuksen aikana saat ilmoituksia puhelimeesi, kun uusi kysely on valmis täytettäväksi. Klikkaamalla ilmoitusta pääset suoraan Aido applikaatioon.

Vastaa kysymykseen ja paina Lähetä. Kun vastaukset on siltä erää annettu, saat ilmoituksen "Kiitos vastauksistasi"



# Käyttö

10. Mikäli näet ilmoituksen Yhtään kyselyä ei ole avoinna, ei juuri sillä hetkellä sinulle ole yhtään kyselyä. Odota, että saat ilmoituksen puhelimeesi kyselyn avautumisesta.

Varmista, että olet sallinut Aido applikaation ilmoitukset. Tarkista tämä puhelimesi asetuksista kohdasta Ilmoitukset -> Aido

