

# Informacja o danych w smartwatchach

(wersja dla konsumenta)

Zgodnie z unijnym Rozporządzeniem (UE) 2023/2854 („Data Act”) przedstawiamy w prosty sposób, jakie dane zbierają smartwatche i powiązane aplikacje.

## Jakie dane są zbierane?

- Dane zdrowotne i aktywności: tętno, kroki, dystans, kalorie, sen, tryby sportowe, saturacja (SpO<sub>2</sub>).
- Dane lokalizacyjne: ślad GPS, trasy – jeśli włączysz funkcję GPS.
- Dane techniczne: numer urządzenia, wersja oprogramowania, stan baterii.
- Dane użytkowe: ustawienia zegarka, powiadomienia, czas synchronizacji.

## Jak często i w jakiej ilości?

- Dane zbierane są na bieżąco podczas używania zegarka (np. tętno co kilka sekund w trakcie treningu).
- Typowe zużycie pamięci: ok. 1-5 MB dziennie (zależnie od modelu i włączonych funkcji).
- Format plików: JSON, CSV, FIT – nadają się do odczytu maszynowego i eksportu.

## Gdzie są przechowywane dane?

- Na zegarku – tymczasowo, do czasu synchronizacji.
- Na telefonie / w aplikacji – po sparowaniu przez Bluetooth.
- W chmurze producenta – jeśli aplikacja ma taką funkcję (np. kopia zapasowa).

## Po co zbierane są dane?

- Aby działały funkcje zegarka (pomiar aktywności, sen, GPS, powiadomienia).
- Do personalizacji (np. strefy tętna, plany treningowe).
- Do analiz zbiorczych i ulepszania oprogramowania (dane anonimowe).

## Jak mogę kontrolować swoje dane?

- Podgląd – na zegarku i w aplikacji.
- Eksport – w aplikacji (np. do plików CSV/JSON).
- Usunięcie – reset zegarka lub usunięcie konta w aplikacji.
- Przeniesienie – możesz pobrać dane i przekazać innemu usługodawcy.

## Bezpieczeństwo

- Transmisja szyfrowana (Bluetooth, TLS, AES).
- Zegarek nie ma stałego połączenia z Internetem (chyba że model LTE/Wi-Fi).
- Dostęp do danych w aplikacji zabezpieczony hasłem lub logowaniem systemowym.

## Twoje prawa

- Masz prawo do dostępu, poprawienia i usunięcia danych.
- Możesz wyrazić sprzeciw wobec przetwarzania w określonych celach.
- Możesz przenieść dane do innej usługi.
- W razie wątpliwości możesz złożyć skargę do Prezesa UODO ([uodo.gov.pl](http://uodo.gov.pl)).