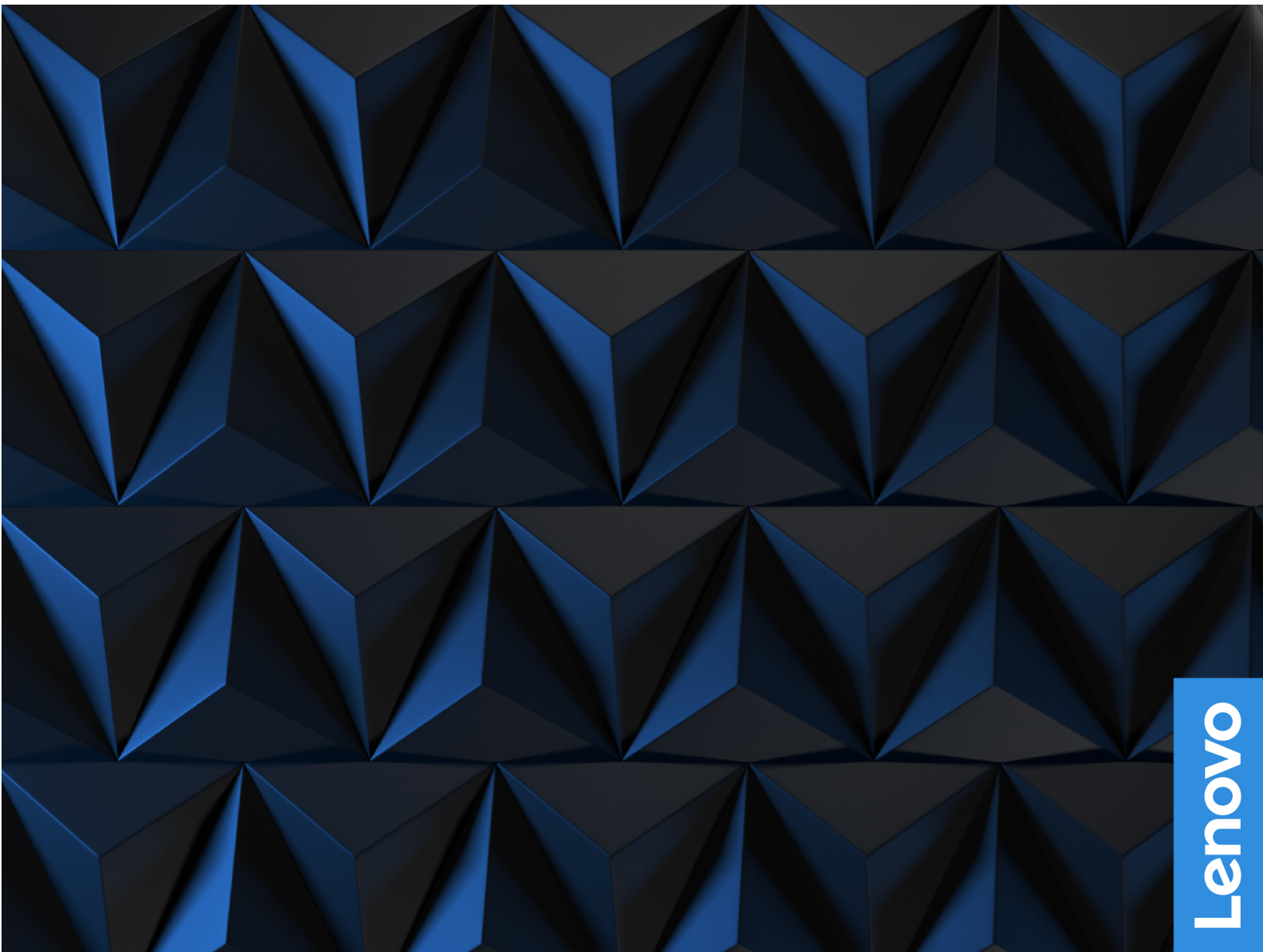


Podręcznik użytkownika



Lenovo

Lenovo Legion 7 (15", 05)

Przeczytaj, zanim zaczniesz

Przed użyciem tej dokumentacji oraz produktu, którego dotyczy, należy przeczytać i zrozumieć następujące informacje:

- Dodatek A „Ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa” na stronie 31
- *Podręcznik na temat bezpieczeństwa i gwarancji*
- *Podręcznik konfiguracji*

Wydanie pierwsze (Marsz 2020)

© Copyright Lenovo 2020.

KLAUZULA OGRANICZONYCH PRAW: Jeżeli dane lub oprogramowanie komputerowe dostarczane są zgodnie z umową General Services Administration (GSA), ich użytkowanie, reprodukcja lub ujawnianie podlega ograniczeniom określonym w umowie nr GS-35F-05925.

Spis treści

Podręcznik — informacje iii

Rozdział 1. Twój komputer 1

Widok z przodu	1
Widok podstawy	2
Widok z lewej strony	3
Widok z prawej strony	4
Widok z tyłu	5
Widok z dołu	6
Funkcje i specyfikacje	7
Oświadczenie o szybkości przesyłania danych za pomocą USB	8
Środowisko operacyjne	8

Rozdział 2. Pierwsze kroki z komputerem 11

Wprowadzenie do systemu Windows 10	11
Konto systemu Windows	11
Pulpit systemu Windows	12
Lenovo Vantage i Lenovo PC Manager	13
Łączenie z sieciami	13
Łączenie z sieciami przewodowymi	13
Łączenie z sieciami Wi-Fi	14
Menu przycisku Novo	14
Otwieranie menu przycisku Novo	15
Używanie komputera	15
Klawisze dostępu na klawiaturze	15
Klawiatura numeryczna	16

Rozdział 3. Poznaj swój komputer 17

Zarządzanie zasilaniem	17
Sprawdzanie stanu akumulatora	17
Ładowanie akumulatora	17
Ustawianie zachowania przycisku zasilania	17
Zmiana lub utworzenie planu zasilania	17
Ustawianie trybu wydajności	17
Zmiana ustawień w programie UEFI/BIOS Setup Utility	18
Informacje o programie UEFI/BIOS Setup Utility	18
Otwieranie programu UEFI/BIOS Setup Utility	18
Zmiana sekwencji startowej	18
Zmiana trybu klawiszy dostępu	18

Włączanie lub wyłączanie funkcji Always-on	19
Ustawianie haseł w programie UEFI/BIOS Setup Utility	19
Typy haseł	19
Ustawianie hasła administratora	19
Zmianianie lub usuwanie hasła administratora	20
Ustawianie hasła użytkownika	20
Włączanie hasła włączania zasilania	20
Ustawianie hasła dysku twardego	21
Zmiana lub usuwanie hasła dysku twardego	21
Resetowanie lub przywracanie systemu Windows	21
Opcje odzyskiwania systemu Windows 10	22
Przywracanie systemu Windows	22
Resetowanie ustawień systemu Windows	23
Tworzenie dysku odzyskiwania	23
Użyj dysku odzyskiwania w celu przywrócenia systemu lub zresetowania ustawień systemu Windows do stanu początkowego	23

Rozdział 4. Pomoc i obsługa techniczna 25

Często zadawane pytania (FAQ)	25
Zasoby samopomocy	25
Czym są CRU?	26
CRU dla modelu produktów	26
Kontakt telefoniczny z firmą Lenovo	28
Zanim się skontaktujesz z firmą Lenovo	28
Centrum wsparcia dla klientów Lenovo	28
Zakup dodatkowych usług	29

Dodatek A. Ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa 31

Dodatek B. Informacje o ułatwieniach dostępu i ergonomii . . . 43

Dodatek C. Informacje o zgodności z przepisami 49

Dodatek D. Uwagi i znaki towarowe 63

Podręcznik – informacje

- Niniejszy podręcznik dotyczy modeli produktów Lenovo wymienionych na liście. Twój produkt może wyglądać nieco inaczej niż na ilustracjach w tym podręczniku użytkownika.

Nazwa modelu	Typ urządzenia (MT)
Lenovo Legion 7 15IMH05	81YT
Lenovo Legion 7 15IMHg05	81YU

- Ten podręcznik może zawierać informacje o akcesoriach, opcjach i oprogramowaniu, które nie są dostępne we wszystkich modelach.
- W podręczniku opisano instrukcje oparte na systemie operacyjnym Windows 10. Instrukcje nie mają zastosowania w przypadku instalowania i używania innych systemów operacyjnych.
- Firma Microsoft® wprowadza okresowo zmiany w systemie operacyjnym Windows® za pomocą usługi Windows Update. W efekcie instrukcje związane z systemem operacyjnym mogą stać się nieaktualne. W celu uzyskania najnowszych informacji, sprawdź zasoby firmy Microsoft.
- Zawartość podręcznika może ulec zmianie bez powiadomienia. Aby pobrać najnowszą dokumentację, odwiedź stronę <https://support.lenovo.com>.

Rozdział 1. Twój komputer

Widok z przodu



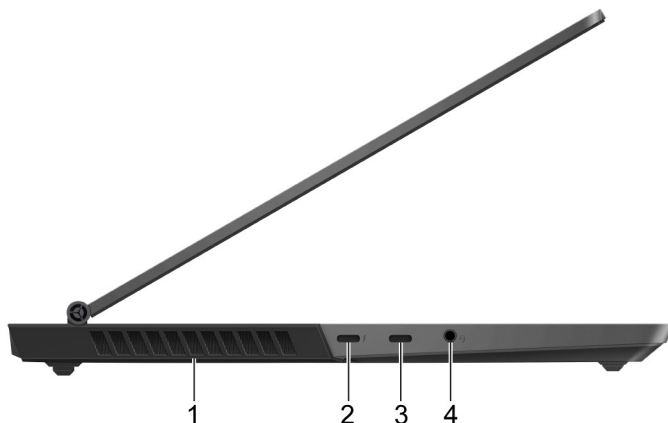
1. Kamera	Rejestruje obrazy nieruchome i ruchome, umożliwiając robienie zdjęć, nagrywanie filmów i prowadzenie wideorozmów.
2. Osłona kamery	Przesuń osłonę, aby zasłonić lub odsłonić obiektyw kamery. Informacja: Osłona kamery pomaga lepiej chronić prywatność.
3. Wskaźnik kamery	Ten wskaźnik świeci, gdy kamera jest w użyciu.
4. Ekran	Wyświetla tekst, grafikę i filmy.
5. Mikrofony	Przechwytywanie lub nagrywanie dźwięku i głosu.

Widok podstawy



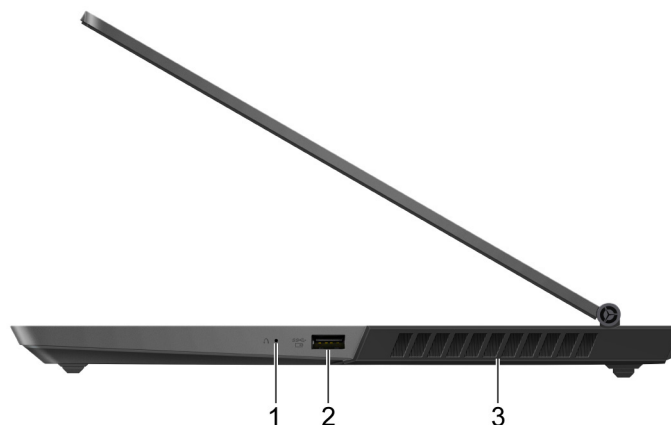
1. Wskaźnik ładowania	Sygnalizuje, czy komputer jest podłączony do zasilania. <ul style="list-style-type: none">• Ciągłe światło białe: Zasilacz jest podłączony, poziom naładowania akumulatora wynosi 80-100%• Ciągłe światło bursztynowe: Zasilacz jest podłączony, poziom naładowania akumulatora wynosi 1-80%• Wyłączony: Nie jest podłączony do zasilania
2. Anteny komunikacji bezprzewodowej	Wysyłają i odbierają fale radiowe wbudowanego modułu połączenia bezprzewodowego LAN (Local Area Network) i Bluetooth. Informacja: Anteny nie są widoczne z zewnątrz komputera.
3. Kontrolka zasilania	<ul style="list-style-type: none">• Ciągłe światło czerwone: Komputer jest w trybie wydajności.• Ciągłe światło białe: Komputer jest w trybie zrównoważonym.• Ciągłe światło niebieskie: Komputer jest w trybie cichym.• Miga: Komputer jest w trybie uśpienia.• Wyłączony: Komputer jest wyłączony lub w trybie hibernacji.
4. Przycisk zasilania	Naciśnij przycisk, aby włączyć komputer lub przełączyć go w tryb uśpienia.
5. Klawiatura numeryczna	Aby włączyć lub wyłączyć klawisze numeryczne, naciśnij klawisz Num Lock. Informacja: Jeśli lampka klawisza Num Lock jest włączona, klawisz numeryczny jest używany.
6. Panel dotykowy	Wykonuj ruch palcem i wszystkie pozostałe funkcje tradycyjnej myszy. Informacja: Panel dotykowy obsługuje również funkcję wielodotyku.
7. Klawiatura	Umożliwia wprowadzenie znaków oraz interakcje z programami. Informacja: Klawiatury zawierają także klawisze dostępu i klawisze funkcyjne do zmiany ustawień i szybkiego wykonywania zadań.

Widok z lewej strony



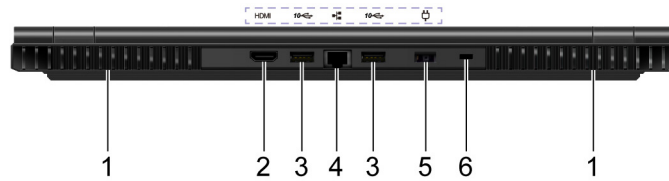
1. Otwory wentylacyjne (wylot)	Utrzymywać wychodzący przepływ powietrza, aby rozproszyć ciepło wewnętrzne. Informacja: Nie wolno blokować otworów wentylacyjnych. W przeciwnym razie komputer może się przegrzać.
2. Złącze Thunderbolt™ 3	Połącz się zewnętrzne ekrany, urządzenia pamięci masowej lub urządzenia do zarządzania danymi. Informacja: Do podłączenia urządzenia zewnętrznego może być potrzebna odpowiednia przejściówka.
3. Złącze USB-C™	Połącz się zewnętrzne ekrany, urządzenia pamięci masowej lub urządzenia do zarządzania danymi. Informacja: Do podłączenia urządzenia zewnętrznego może być potrzebna odpowiednia przejściówka.
4. Gniazdko combo audio	Służy do podłączania słuchawek lub zestawów słuchawkowych z 4-biegunową wtyczką 3,5 mm (0,14"). Informacja: To gniazdko nie obsługuje samodzielnych zewnętrznych mikrofonów. Jeśli chcesz użyć zestawu słuchawkowego, wybierz taki z pojedynczą wtyczką.

Widok z prawej strony



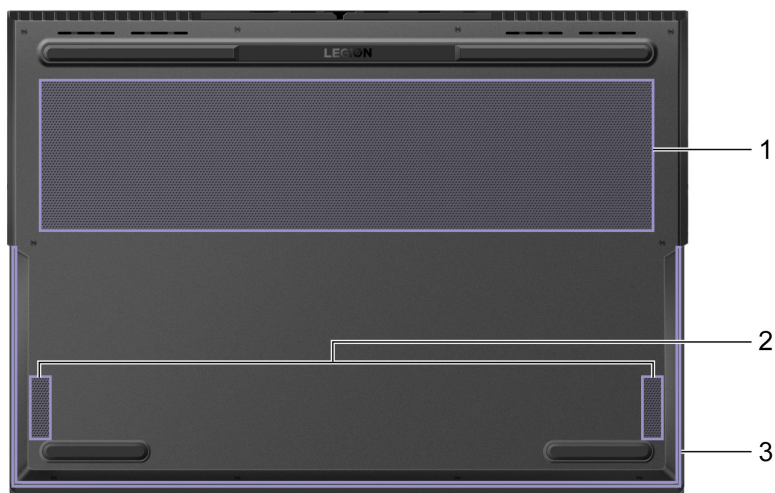
1. Otwór przycisku Novo	Naciśnięcie przycisku Novo otwiera menu Przycisku Novo . Z menu można otworzyć program UEFI/BIOS Setup Utility, menu rozruchu lub ekran Opcje uruchamiania systemu Windows.
2. Złącze USB (3.2 Gen 1) Type-A (Always-on)	Za pomocą złącza Always-on można ładować urządzenia zewnętrzne, gdy komputer jest wyłączony, w trybie uśpienia lub hibernacji. Funkcję Always-On można włączyć lub wyłączyć w narzędziu konfiguracji UEFI/BIOS. Informacja: Jeśli program Lenovo Vantage jest fabrycznie zainstalowany na komputerze, za jego pomocą również możesz włączyć lub wyłączyć funkcję Always-On.
3. Otwory wentylacyjne (wylot)	Utrzymywać wychodzący przepływ powietrza, aby rozproszyć ciepło wewnętrzne. Informacja: Nie wolno blokować otworów wentylacyjnych. W przeciwnym razie komputer może się przegrzać.




Widok z tyłu



1. Otwory wentylacyjne (wylot)	Utrzymywać wychodzący przepływ powietrza, aby rozproszyć ciepło wewnętrzne. Informacja: Nie wolno blokować otworów wentylacyjnych. W przeciwnym razie komputer może się przegrzać.
2. Złącze HDMI™	Umożliwia podłączenie zgodnego cyfrowego urządzenia dźwiękowego lub wizualnego, np. telewizora HD.
3. Złącze USB (3.2 Gen 2) Type-A (2)	Służy do podłączania urządzenia zgodnego ze standardem USB, takiego jak klawiatura, mysz, urządzenie magazynujące lub drukarka.
4. Złącze sieci Ethernet	Podłączanie do sieci lokalnej (LAN).
5. Złącze zasilania	Umożliwia podłączenie do zasilania przy użyciu kabla zasilającego i zasilacza dołączonych w zestawie.
6. Mini gniazdo linki zabezpieczającej	Przymocuj komputer do biurka, stołu lub innego stałego obiektu za pomocą odpowiedniej linki zabezpieczającej. Informacja: Gniazdo umożliwia stosowanie linek zabezpieczających zgodnych ze standardami zabezpieczeń Kensington MicroSaver® (z technologią blokady T-Bar™) lub MiniSaver® (z technologią blokady Cleat™). Użytkownik ponosi całkowitą odpowiedzialność za ocenę, wybór i zastosowanie wszelkich urządzeń blokujących oraz opcji zabezpieczeń. Firma Lenovo nie wydaje żadnych opinii i nie udziela żadnych gwarancji dotyczących działania, jakości i skuteczności urządzeń blokujących i opcji zabezpieczeń. Linki zabezpieczające do posiadanego produktu Lenovo znajdziesz na stronie https://smartfind.lenovo.com/ .

Widok z dołu



1. Otwory wentylacyjne (wlot)	Utrzymywać dopływ powietrza, aby rozproszyć ciepło wewnętrzne. Informacja: Nie wolno blokować otworów wentylacyjnych. W przeciwnym razie komputer może się przegrzać.
2. Głośniki	Z głośników wydobywa się dźwięk.
3. Podświetlenie od spodu	Podświetlenie od spodu domyślnie świeci się, gdy komputer jest włączony. Aby zmienić ustawienie podświetlenia od spodu, wykonaj jedną z poniższych czynności: <ul style="list-style-type: none">• Użyj klawiszy dostępu<ul style="list-style-type: none">- Naciśnij klawisz Fn, a następnie , aby zmienić efekt podświetlenia.- Naciśnij klawisz Fn, a następnie , aby zwiększyć jasność podświetlenia.- Naciśnij klawisz Fn, a następnie , aby zmniejszyć jasność podświetlenia lub wyłączyć je.• Użyj aplikacji iCUE. W polu wyszukiwania Windows 10 wpisz iCUE, otwórz okno iCUE i zmień ustawienia.

Funkcje i specyfikacje

Wymiary	<ul style="list-style-type: none">• Szerokość: 359,06 mm (14,14")• Głębokość: 259,28 mm (10,21")• Grubość: 19,95 mm (0,79")
Zasilacz	<ul style="list-style-type: none">• Zasilanie: 100 do 240 V (prąd zmienny), 50 Hz do 60 Hz• Wyjście: 20 V (prądu stałego), 11,5 A• Zasilanie: 230 W
Akumulator	<ul style="list-style-type: none">• Pojemność: 80 Wh• Liczba ogniw: 4
Mikroprocesor	Aby wyświetlić informacje o mikroprocesorze zamontowanym w komputerze, kliknij prawym przyciskiem myszy przycisk Start i wybierz polecenie System .
Pamięć	<ul style="list-style-type: none">• Typ: Podwójna szybkość transmisji danych 4 (DDR4)• Liczba gniazd: 2
Urządzenie pamięci masowej	<ul style="list-style-type: none">• Typ: M.2 dysk SSD• Rozmiar<ul style="list-style-type: none">- 2242*- 2280• Magistrala: PCI Express
Ekran	<ul style="list-style-type: none">• Wymiary: 396,24 mm (15,6")• Rozdzielczość ekranu: 1920 × 1080 piksele
Klawiatura	<ul style="list-style-type: none">• Klawisze funkcyjne• Klawisze dostępu• Klawiatura numeryczna• Podświetlenie klawiatury <p>Więcej o regulacji podświetlenia klawiatury można się dowiedzieć, oglądając film instruktażowy dostępny na stronie https://support.lenovo.com/solutions/legion_7_15_fn.</p>
Złącza i gniazda	<ul style="list-style-type: none">• Złącze zasilania• Gniazdko combo audio• Złącze sieci Ethernet• Złącze USB (3.2 Gen 2) Type-A × 2• Złącze USB (3.2 Gen 1) Type-A × 1 (z funkcją Always-On)• Złącze USB-C<ul style="list-style-type: none">- Przesyłanie danych z prędkością do 5 Gb/s przez złącze USB 3.2 Gen 1- Złącze DisplayPort 1.4• Złącze Thunderbolt 3<ul style="list-style-type: none">- Przesyłanie danych z prędkością do 10 Gb/s przez złącze USB 3.2 Gen 2- Przesyłanie danych z prędkością do 40 Gb/s przez złącze Thunderbolt 3

- Złącze DisplayPort 1.4
- Złącze HDMI

- Opcje zabezpieczeń
- Mini gniazdo linki zabezpieczającej
 - Hasła dostępu do systemu UEFI/BIOS
 - Hasło administratora
 - Hasło użytkownika
 - Główne hasło dysku twardego
 - Hasło dysku twardego użytkownika

- Opcje łączności bezprzewodowej
- Bluetooth
 - Bezprzewodowa LAN

* w wybranych modelach

Informacja: Podana pojemność akumulatora to typowa lub średnia pojemność zmierzona w środowisku testowym. Pojemności mierzone w innych środowiskach mogą się różnić, ale nie są mniejsze niż podana pojemność (zob. etykietę produktu).

Oświadczenie o szybkości przesyłania danych za pomocą USB

W zależności od wielu czynników, takich jak możliwości przetwarzania hosta i urządzeń peryferyjnych, atrybutów plików i innych czynników związanych z konfiguracją systemu i środowisk operacyjnych, faktyczna szybkość transmisji danych za pomocą różnych złącz USB w tym urządzeniu może się różnić i być wolniejsza niż przedstawiona poniżej szybkość transmisji danych dla każdego urządzenia.

Urządzenie USB	Szybkość transmisji danych (Gbit/s)
3.2 Gen 1	5
3.2 Gen 2	10
3.2 Gen 2 × 2	20

Środowisko operacyjne

Maksymalna wysokość (przy normalnym ciśnieniu)

3 048 m (10 000 stóp)

Temperatura

- Na wysokości do 2 438 m (8 000 stóp)
 - Podczas pracy: 5°C do 35°C (41°F do 95°F)
 - Przechowywanie: 5°C do 43°C (41°F do 109°F)
- Na wysokości powyżej 2 438 m (8 000 stóp)
 - Maksymalna temperatura działania w warunkach bez podwyższonego ciśnienia: 31,3°C (88°F)

Informacja: Podczas ładowania akumulatora jego temperatura musi wynosić co najmniej 10°C (50°F).

Wilgotność względna

- Podczas pracy: 8 do 95% przy temperaturze mokrego termometru 23°C (73°F)
- Przechowywanie: 5 do 95% przy temperaturze mokrego termometru 27°C (81°F)

Rozdział 2. Pierwsze kroki z komputerem

Wprowadzenie do systemu Windows 10

Poznaj podstawy systemu Windows 10 i zacznij go używać. Więcej informacji dotyczących systemu Windows 10 znajduje się w pomocy systemu Windows.

Konto systemu Windows

Aby używać systemu operacyjnego Windows, trzeba utworzyć co najmniej jedno konto. Może to być konto lokalne lub konto Microsoft.

Konta lokalne

Konto lokalne jest tworzone na konkretnym urządzeniu z systemem Windows i może być używane tylko na nim. Zaleca się ustawianie haseł dla wszystkich kont lokalnych, aby zapobiec nieuprawnionemu dostępowi do urządzenia.

Konta Microsoft

Konto Microsoft to konto użytkownika, które umożliwia logowanie się do oprogramowania i usług firmy Microsoft. Jeśli korzystasz z usługi firmy Microsoft, takich jak OneDrive, Outlook.com, Xbox Live, Office 365 i Skype, być może już masz takie konto. Jeśli nie masz takiego konta, możesz je utworzyć bezpłatnie.

Używanie konta Microsoft ma dwie główne zalety:

- Użytkownik loguje się tylko raz. Jeśli do logowania się do systemu Windows 10 używasz konta Microsoft, nie musisz logować się ponownie, aby korzystać z OneDrive, Skype, Outlook.com, i innych usług firmy Microsoft.
- Istnieje możliwość synchronizowania ustawień. Jeśli za pomocą konta Microsoft logujesz się na różnych urządzeniach z systemem Windows, niektóre ustawienia systemu Windows można synchronizować między urządzeniami.

Przełączanie między kontem lokalnym a kontem Microsoft

Jeśli w celu zalogowania do systemu Windows 10 używasz konta lokalnego, możesz to zmienić i logować się przy użyciu konta Microsoft.

Krok 1. Otwórz menu Start i wybierz kolejno opcje **Ustawienia** → **Konta**.

Krok 2. Kliknij opcję **Zamiast tego zaloguj się za pomocą konta Microsoft**.

Krok 3. Jeśli już masz konto Microsoft, wpisz jego nazwę i hasło, aby się zalogować. W przeciwnym razie kliknij opcję **Utwórz konto** i utwórz nowe konto Microsoft.

Informacja: Podczas pierwszego użycia konta Microsoft urządzenie musi mieć połączenie z Internetem.

Jeśli chcesz wrócić do używania konta lokalnego, otwórz menu Start, a następnie wybierz kolejno opcje **Ustawienia** → **Konta** → **Zamiast tego zaloguj się za pomocą konta lokalnego**.

Dodawanie kolejnych kont użytkowników

Aby móc dodawać konta użytkowników do systemu Windows, musisz się posługiwać kontem typu Administrator.

Dodanie kolejnych kont przyda się na przykład w sytuacji, gdy dzielisz komputer z członkami rodziny lub innymi osobami.

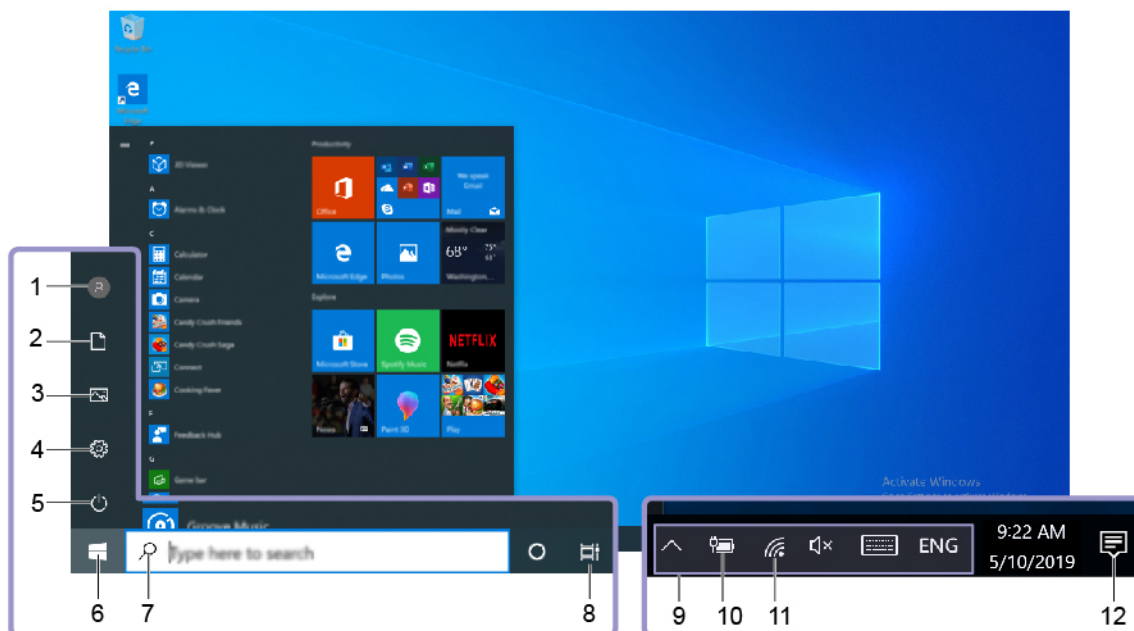
Krok 1. Otwórz menu Start i wybierz kolejno opcje **Ustawienia** → **Konta** → **Rodzina i inne osoby**.









Krok 2. Wybierz opcję **Dodaj kogoś innego do tego komputera**.





Informacja: Aby dodać członków rodziny, musisz się zalogować przy użyciu konta Microsoft.

Krok 3. Ustaw nazwę użytkownika i hasło dla konta użytkownika.

Pulpit systemu Windows



1. Konto 	Zmianie ustawień konta, blokowanie komputera lub wylogowywanie się z bieżącego konta.
2. Dokumenty 	Otwórz folder Dokumenty , jest to domyślny folder, gdzie zapisywane są odebrane pliki.
3. Obrazy 	Otwórz folder Obrazy , jest to domyślny folder, gdzie zapisywane są odebrane obrazy.
4. Ustawienia 	Otwórz okno Ustawienia.
5. Zasilanie 	Zamykanie, uruchamianie ponownie lub przełączanie komputera w tryb uśpienia.
6. Przycisk Start 	Otwórz menu Start.
7. Funkcja Windows search 	W polu wyszukiwania wpisz, czego szukasz, a zostaną wyświetlone wyniki z komputera i z Internetu.
8. Widok zadań 	Wyświetlanie wszystkich otwartych aplikacji i przełączanie między nimi.
9. Obszar powiadomień systemu Windows	Wyświetlanie powiadomień i stanu niektórych funkcji.

10. Ikona stanu akumulatora  	Wyświetlanie stanu zasilania i zmienianie ustawień akumulatora lub zasilania.
11. Ikona sieci	Łączenie się z dostępną siecią bezprzewodową i wyświetlanie stanu sieci. Po podłączeniu do sieci przewodowej ikona zmienia się na  .
12. Centrum akcji 	Wyświetlanie najnowszych powiadomień od aplikacji oraz szybki dostęp do niektórych funkcji.

Otwórz menu Start

- Kliknij przycisk **Start**.
- Naciśnij klawisz z logo systemu Windows na klawiaturze.

Otwieranie Panelu sterowania

- Otwórz menu Start i wybierz kolejno opcje **System Windows** → **Panel sterowania**.
- Użyj funkcji Windows Search.

Otwieranie aplikacji

- Otwórz menu Start, a następnie wybierz aplikację, którą chcesz otworzyć.
- Użyj funkcji Windows Search.

Lenovo Vantage i Lenovo PC Manager

Lenovo Vantage i Lenovo PC Manager to oprogramowanie dostarczane przez firmę Lenovo. Za pomocą oprogramowania, możesz:

- wyświetlić informacje o produkcie,
- wyświetlić informacje dotyczące gwarancji i wsparcia,
- uruchomić skanowanie sprzętu i zdiagnozować problemy,
- zmienić ustawienia sprzętu,
- zaktualizować system Windows, sterowniki oraz system UEFI/BIOS.

Na komputerze może być fabrycznie zainstalowane oprogramowanie Lenovo Vantage lub PC Manager. Aby je otworzyć, wpisz nazwę oprogramowania w funkcji Windows Search i wybierz wyświetlony wynik.

Informacja: Jeśli oprogramowanie Lenovo Vantage nie jest zainstalowane fabrycznie, możesz je pobrać ze sklepu Microsoft Store.

Łączenie z sieciami

Dzięki komputerowi masz kontakt ze światem za pomocą sieci przewodowej lub bezprzewodowej.

Łączenie z sieciami przewodowymi

Jeśli komputer został wyposażony w złącze Ethernet (RJ-45), możesz użyć kabla Ethernet, aby połączyć komputer z siecią przewodową.

Łączenie z sieciami Wi-Fi

Jeśli komputer ma adapter łączności bezprzewodowej, można nawiązywać połączenia między komputerem a sieciami Wi-Fi.

Krok 1. Kliknij ikonę sieci w obszarze powiadomień systemu Windows. Zostanie wyświetlona lista sieci w pobliżu.

Informacja: Jeśli nie widać żadnej sieci, sprawdź, czy nie jest włączony tryb samolotowy.

Krok 2. Zaznacz sieć i kliknij przycisk **Połącz**. Jeśli zostanie wyświetlony monit o wprowadzenie klucza zabezpieczeń, wpisz go.

Informacja: Zazwyczaj kluczem sieciowym zarządza administrator.

Zapominanie sieci Wi-Fi

System Windows zapisuje listę sieci Wi-Fi, z którymi nawiązywano połączenia, hasła dostępu do tych sieci oraz inne ustawienia. Dzięki temu komputer może być automatycznie łączony z używaną wcześniej siecią, w zasięgu której się znajduje. Jednak w przypadku zmiany hasła dostępu do takiej sieci należy ją zapomnieć, w przeciwnym razie nie da się wprowadzić nowego hasła.

Krok 1. Wybierz kolejno opcje **Start** → **Ustawienia** → **Sieć i Internet** → **Wi-Fi**.

Krok 2. Kliknij opcję **Zarządzaj znanymi sieciami**.

Krok 3. Kliknij nazwę sieci, a następnie kliknij przycisk **Zapomnij**.

Włączanie i wyłączenie trybu samolotowego

Tryb samolotowy to wygodne ustawienie pozwalające włączyć lub wyłączyć całą komunikację bezprzewodową w komputerze. Włączenie tej funkcji może być konieczne po wejściu do samolotu.

Krok 1. W systemie Windows w obszarze powiadomień kliknij ikonę centrum akcji.

Krok 2. Kliknij ikonę **Tryb samolotowy**, aby włączyć lub wyłączyć ten tryb.

Informacja: Jeśli nie możesz znaleźć ikony trybu samolotowego, kliknij opcję **Rozwiń**.

Menu przycisku Novo

Menu przycisku Novo może być wyświetlane przed uruchomieniem systemu operacyjnego. Z menu można wykonywać następujące czynności:

- Otwieranie programu BIOS/UEFI Setup Utility
- Otwieranie menu wyboru urządzenia rozruchowego
- Otwieranie ekranu opcji uruchamiania systemu Windows

Na ekranie opcji uruchamiania systemu Windows można wykonywać następujące czynności:

- Kontynuuj: Wyjdź i przejdź do systemu Windows 10
- Użyj urządzenia: Użyj dysku USB, połączenia sieciowego lub dysku DVD odzyskiwania systemu Windows
- Rozwiązywanie problemów: Zresetuj komputer lub zobacz opcje zaawansowane
- Wyłącz komputer

Otwieranie menu przycisku Novo

Na komputerach Lenovo wyposażonych w przycisk Novo naciśnięcie tego przycisku powoduje otwarcie jego menu.


















Krok 1. Wyłącz komputer.

Krok 2. Otwórz ekran LCD i naciśnij przycisk Novo.

Używanie komputera

Klawisze dostępu na klawiaturze

Niektóre klawisze na klawiaturze są oznaczone ikonami. Klawisze te nazywane są klawiszami skrótu i można je naciskać samodzielnie albo w połączeniu z klawiszem Fn, aby otworzyć pewne aplikacje lub szybko zmienić ustawienia. Ikony, którymi oznaczone są klawisze dostępu, odpowiadają ich funkcjom.

Klawisz dostępu	Funkcja
	Wycisza lub anuluje wyciszenie dźwięku.
	Zmniejsza lub zwiększa głośność.
	Włączenie lub wyłączenie wyciszenia mikrofonów.
	Zmniejszanie/zwiększanie jasności ekranu.
	Włącza monitory.
	Włączanie i wyłączenie trybu samolotowego.
	Otwórz Lenovo Vantage, Lenovo PC Manager lub pasek uruchamiania aplikacji.
	Włącza lub wyłącza touchpada.
	Wyświetl miniatury wszystkich otwartych aplikacji.
	Otwórz aplikację Kalkulator Windows.
	Otwórz aplikację Narzędzie Wycinanie Windows.
	Odtwarzaj lub wstrzymaj odtwarzanie multimediiów.
	Zatrzymaj odtwarzanie mediów.
	Przejdź do pliku następnym mediów znajdującego się na liście odtwarzania lub w folderze.
	Przejdź do pliku mediów poprzednich znajdującego się na liście odtwarzania lub w folderze.
	Regulacja efektu podświetlenia klawiatury. Informacja: Tego klawisza dostępu należy używać w połączeniu z klawiszem Fn.
	Zmniejszanie/zwiększanie jasności ekranu lub włączanie/wyłączenie podświetlenia klawiatury. Informacja: Tego klawisza dostępu należy używać w połączeniu z klawiszem Fn.

Tryb klawiszy dostępu

Niektóre klawisze dostępu używają tych samych klawiszy co klawisze funkcyjne (F1 do F12). Tryb klawiszy dostępu to ustawienie systemu UEFI/BIOS, za pomocą którego można zmienić sposób użycia klawiszy dostępu lub klawiszy funkcyjnych. Naciśnięcie Fn+ESC może również włączyć lub wyłączyć tryb skrótu.

Ustawianie trybu klawiszy dostępu	Używanie klawiszy dostępu	Używanie klawiszy funkcyjnych
Disabled	Przytrzymaj klawisz Fn i naciśnij jeden z klawiszy dostępu.	Klawisze funkcyjne naciskaj bezpośrednio.
Enabled	Klawisze dostępu naciskaj bezpośrednio.	Przytrzymaj klawisz Fn i naciśnij jeden z klawiszy funkcyjnych.

Informacja: Ustawienie trybu klawiszy dostępu nie ma wpływu na klawisze dostępu, które nie używają tych samych klawiszy co klawisze funkcyjne. Zawsze należy ich używać z klawiszem Fn.

Klawiatura numeryczna

Niektóre komputery Lenovo posiadają dedykowaną klawiaturę numeryczną z prawej strony klawiatury. Klawiatura umożliwia szybkie wprowadzanie liczb i operatorów.



Aby włączyć lub wyłączyć klawiaturę numeryczną, naciśnij klawisz **NumLock**.

Rozdział 3. Poznaj swój komputer

Zarządzanie zasilaniem

Informacje zamieszczone w tej sekcji pomogą uzyskać najlepszą równowagę między wydajnością a energooszczędnością.

Sprawdzanie stanu akumulatora

Ikona stanu akumulatora  lub  znajduje się w obszarze powiadomień systemu Windows. Umożliwia ona szybkie sprawdzenie stanu akumulatora, wyświetlenie obecnego planu zasilania i uzyskanie dostępu do ustawień akumulatora.

Kliknij ikonę stanu akumulatora, aby wyświetlić procent pozostałej energii akumulatora lub zmienić tryb zasilania. Gdy akumulator jest bliski wyczerpania, wyświetlany jest komunikat ostrzegawczy.

Ładowanie akumulatora

Jeśli akumulator jest bliski wyczerpania, naładuj go, podłączając komputer do źródła zasilania.

Ładowanie akumulatora do pełna trwa od dwóch do czterech godzin. Rzeczywisty czas ładowania zależy od pojemności akumulatora, fizycznego środowiska i tego, czy komputer jest używany.

Temperatura akumulatora również ma wpływ na przebieg jego ładowania. Zalecany zakres temperatur do ładowania akumulatora wynosi od 10°C (50°F) do 35°C (95°F).

Informacja: Temperaturę akumulatora możesz sprawdzić w programie Lenovo Vantage lub Lenovo PC Manager. Aby zapewnić maksymalną żywotność akumulatora, komputer nie rozpoczyna jego ponownego ładowania, jeśli poziom pozostałej energii jest wyższy niż 95%.

Ustawianie zachowania przycisku zasilania

Domyślnie naciśnięcie przycisku zasilania przełącza komputer w tryb uśpienia. Możesz jednak zmienić zachowanie przycisku zasilania w Panelu sterowania systemu Windows.

Krok 1. Kliknij prawym przyciskiem myszy ikonę stanu baterii w obszarze powiadomień systemu Windows.

Krok 2. Wybierz kolejno pozycje **Opcje zasilania** → **Wybierz działanie przycisku zasilania**.

Zmiana lub utworzenie planu zasilania

Plan zasilania to zestaw ustawień oszczędzania energii. Możesz wybrać wstępnie zdefiniowany plan zasilania lub utworzyć własny.

Krok 1. Kliknij prawym przyciskiem myszy ikonę stanu baterii w obszarze powiadomień systemu Windows.

Krok 2. Wybierz kolejno pozycje **Opcje zasilania** → **Zmień ustawienia planu**.

Ustawianie trybu wydajności

Komputer może pracować w różnych trybach wydajności. Tryby wydajności decydują o szybkości działania komputera i zużyciu przez niego prądu. Naciskanie klawiszy **Fn + Q** powoduje przechodzenie między różnymi trybami wydajności.

Tryb wydajności	Opis
Wydajność	Komputer działa z najwyższą wydajnością.
Zrównoważony (domyślny tryb)	Komputer sprawdza, jakie programy są uruchomione i automatycznie dopasowuje wydajność systemu.
Cichy	Komputer zużywa mniej energii i pracuje ciszej.

Więcej o trybach wydajności można się dowiedzieć, oglądając film instruktażowy dostępny na stronie https://support.lenovo.com/solutions/legion_7_15_fn.

Informacja: Aby włączyć i pracować w trybie Wydajności należy upewnić się, że komputer jest podłączony do zewnętrznego źródła zasilania.

Zmiana ustawień w programie UEFI/BIOS Setup Utility

W tej sekcji przedstawiono informacje o systemie UEFI/BIOS oraz działania, jakie można wykonywać w jego narzędziu Setup Utility.

Informacje o programie UEFI/BIOS Setup Utility

UEFI/BIOS jest pierwszym programem uruchamianym podczas uruchamiania komputera. System UEFI/BIOS inicjuje komponenty sprzętu i ładuje system operacyjny oraz inne programy. Komputer może zawierać program instalacyjny (setup utility), za pomocą którego można zmienić niektóre ustawienia systemu UEFI/BIOS.

Otwieranie programu UEFI/BIOS Setup Utility

Krok 1. Włącz lub zrestartuj komputer.

Krok 2. Gdy na ekranie zostanie wyświetlone logo Lenovo, naciśnij kilka razy klawisz F2.

Informacja: Na komputerach z włączonym trybem klawiszy dostępu naciśnij klawisze Fn + F2.

Zmiana sekwencji startowej

Aby umożliwić komputerowi uruchomienie z innego urządzenia lub lokalizacji sieciowej, konieczna może być zmiana sekwencji startowej.

Krok 1. Otwórz program UEFI/BIOS Setup Utility.

Krok 2. Przejdź do Boot menu.

Krok 3. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby zmienić kolejność urządzeń w sekcji Boot Priority Order.

Informacja: Użytkownik może również tymczasowo zmienić sekwencję startową bez otwierania programu Setup Utility. W tym celu uruchom komputer. Gdy na ekranie zostanie wyświetlone logo Lenovo, naciśnij kilka razy klawisz F12 (lub Fn + F12).

Zmiana trybu klawiszy dostępu

Krok 1. Otwórz program UEFI/BIOS Setup Utility.

Krok 2. Wybierz kolejno opcje **Configuration** → **Hotkey Mode** i naciśnij Enter.

Krok 3. Zmień ustawienie na **Disabled** lub **Enabled**.

Krok 4. Wybierz kolejno opcje **Exit** → **Exit Saving Changes**.

Włączanie lub wyłączanie funkcji Always-on

W przypadku niektórych komputerów Lenovo wyposażonych w złącza Always-on, możesz włączać lub wyłączać tę funkcję w programie UEFI/BIOS Setup Utility.

Krok 1. Otwórz program UEFI/BIOS Setup Utility.

Krok 2. Wybierz kolejno opcje **Configuration** → **Always On USB** i naciśnij Enter.

Krok 3. Zmień ustawienie na **Disabled** lub **Enabled**.

Krok 4. Wybierz kolejno opcje **Exit** → **Exit Saving Changes**.

Ustawianie haseł w programie UEFI/BIOS Setup Utility

W niniejszej sekcji opisano typy haseł, które można ustawić w systemie UEFI (Unified Extensible Firmware Interface) lub BIOS (Basic Input/Output System).

Typy haseł

W program UEFI/BIOS Setup Utility można skonfigurować różne typy haseł.

Typy haseł	Wymagania wstępne	Użytkowanie
Hasło administratora	Nie	Należy je wprowadzić, aby uruchomić program Setup Utility.
Hasło użytkownika	Ustawienie hasła administratora jest wymagane.	Hasła użytkownika można użyć, aby uruchomić program Setup Utility.
Główne hasło dysku twardego	Nie	Należy je wprowadzić, aby uruchomić system operacyjny.
Hasło dysku twardego użytkownika	Ustawienie głównego hasła dysku twardego jest wymagane.	Hasła dysku twardego użytkownika można użyć, aby uruchomić system operacyjny.

Uwagi:

- Wszystkie hasła ustawione w programie Setup Utility muszą zawierać wyłącznie znaki alfanumeryczne.
- Jeśli program Setup Utility zostanie uruchomiony za pomocą hasła użytkownika, będzie można zmienić jedynie kilka ustawień.

Ustawianie hasła administratora

Ustawienie hasła administratora zapobiega dostępowi bez uprawnień do program UEFI/BIOS Setup Utility.

Uwaga: Jeśli zapomnisz hasła administratora, autoryzowany serwisant Lenovo nie będzie mógł go zresetować. Musisz oddać komputer do autoryzowanego serwisu firmy Lenovo w celu wymiany płyty głównej. W tym celu niezbędne jest okazanie dowodu zakupu. Może się to także wiązać z dodatkowymi opłatami za usługę i części.

Krok 1. Otwórz program UEFI/BIOS Setup Utility.

Krok 2. Wybierz kolejno pozycje **Security** → **Set Administrator Password** i naciśnij klawisz Enter.

- Krok 3. Wprowadź hasło zawierające wyłącznie litery i cyfr, a następnie naciśnij klawisz Enter.
- Krok 4. Wpisz hasło ponownie i naciśnij klawisz Enter.
- Krok 5. Wybierz kolejno opcje **Exit → Exit Saving Changes**.

Przy następnym uruchomieniu komputera trzeba podać hasło administratora, aby przejść do narzędzia konfiguracyjnego. Jeśli jest włączona opcja **Power on Password**, należy wprowadzić hasło administratora lub hasło użytkownika w celu uruchomienia komputera.

Zmianie lub usuwanie hasła administratora

Hasło administratora może zostać zmienione lub usunięte tylko przez administratora systemu.

- Krok 1. Otwórz program UEFI/BIOS Setup Utility przy użyciu hasła administratora.
- Krok 2. Wybierz kolejno pozycje **Security → Set Administrator Password** i naciśnij klawisz Enter.
- Krok 3. Wpisz bieżące hasło.
- Krok 4. Wpisz nowe hasło w polu tekstowym **Enter New Password**.
- Krok 5. Ponownie wpisz nowe hasło w polu tekstowym **Confirm New Password**.

Informacja: Jeśli chcesz usunąć hasło, naciśnij klawisz Enter w obu polach i pozostaw je puste.

- Krok 6. Wybierz kolejno opcje **Exit → Exit Saving Changes**.

Jeśli usuniesz hasło administratora, hasło użytkownika również zostanie usunięte.

Ustawianie hasła użytkownika

Przed ustawieniem hasła użytkownika należy ustawić hasło administratora.

Koniecznym może być ustawienia hasła użytkownika dla innych użytkowników przez administratora programu Setup Utility.

- Krok 1. Otwórz program UEFI/BIOS Setup Utility przy użyciu hasła administratora.
- Krok 2. Wybierz kolejno pozycje **Security → Set User Password** i naciśnij klawisz Enter.
- Krok 3. Wprowadź hasło zawierające wyłącznie litery i cyfr, a następnie naciśnij klawisz Enter. Hasło użytkownika musi różnić się od hasła administratora.
- Krok 4. Wpisz hasło ponownie i naciśnij klawisz Enter.
- Krok 5. Wybierz kolejno opcje **Exit → Exit Saving Changes**.

Włączanie hasła włączania zasilania

Jeśli zostało ustawione hasło administratora, możesz w celu zwiększenia bezpieczeństwa aktywować także hasło włączania zasilania.

- Krok 1. Otwórz program UEFI/BIOS Setup Utility.
- Krok 2. Wybierz kolejno pozycje **Security → Power on Password** i naciśnij klawisz Enter.

Informacja: Wcześniej należy ustawić hasło administratora.

- Krok 3. Zmień ustawienie na **Enabled**.
- Krok 4. Wybierz kolejno opcje **Exit → Exit Saving Changes**.

Jeśli włączono hasło zasilania, monit o jego podanie jest wyświetlany przy każdym włączaniu komputera. Aby komputer został uruchomiony, trzeba wprowadzić hasło administratora lub użytkownika.

Ustawianie hasła dysku twardego

Za pomocą programu Setup Utility możesz ustawić hasło dysku twardego zapobiegające dostępowi do Twoich danych bez uprawnień.

Uwaga: Zachowaj ostrożność, ustawiając hasło dysku twardego. Jeśli zapomnisz tego hasła, autoryzowany serwisant Lenovo nie może go zresetować ani odzyskać danych z dysku twardego. Musisz oddać komputer do autoryzowanego serwisu firmy Lenovo w celu wymiany dysku twardego. W tym celu niezbędne jest okazanie dowodu zakupu. Może się to także wiązać z dodatkowymi opłatami za usługę i części.

Krok 1. Otwórz program UEFI/BIOS Setup Utility.

Krok 2. Wybierz kolejno pozycje **Security** → **Set Hard Disk Password** i naciśnij klawisz Enter.

Informacja: Jeśli program Setup Utility zostanie uruchomiony za pomocą hasła użytkownika, nie będzie można ustawić hasła dysku twardego.

Krok 3. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby ustawić hasło główne oraz hasło użytkownika.

Informacja: Hasło główne oraz hasło dysku twardego użytkownika należy ustawić w tym samym czasie.

Krok 4. Wybierz kolejno opcje **Exit** → **Exit Saving Changes**.

Jeśli ustawiono hasło dysku twardego, należy je podać, aby uruchomić system operacyjny.

Zmiana lub usuwanie hasła dysku twardego

Krok 1. Otwórz program UEFI/BIOS Setup Utility.

Krok 2. Wybierz pozycję **Security**.

Krok 3. Zmień lub usuń hasło dysku twardego.

Aby zmienić lub usunąć hasło główne, wybierz opcję **Change Master Password** i naciśnij klawisz Enter.

Informacja: Jeśli usuniesz główne hasło dysku twardego, hasło użytkownika zostanie usunięte automatycznie.

Aby zmienić hasło użytkownika, wybierz opcję **Change User Password** i naciśnij klawisz Enter.

Informacja: Hasła dysku twardego użytkownika nie można usunąć osobno.

Krok 4. Wybierz kolejno opcje **Exit** → **Exit Saving Changes**.

Resetowanie lub przywracanie systemu Windows

W niniejszej sekcji opisano opcje odzyskiwania systemu Windows 10. Należy postępować zgodnie z wyświetlanymi instrukcjami dotyczącymi odzyskiwania.

Uwaga: Podczas procesu odzyskiwania dane na komputerze mogą zostać usunięte. Aby uniknąć utraty danych, należy wykonać kopię zapasową wszystkich danych, które chcesz zachować.

Opcje odzyskiwania systemu Windows 10

W systemie Windows 10 dostępnych jest kilka opcji przywrócenia systemu lub zresetowania ustawień do stanu początkowego. W razie problemów z systemem Windows skorzystaj z poniższej tabeli, aby wybrać odpowiednią opcję.

Problem	Opcja
Komputer nie działa prawidłowo po zainstalowaniu aplikacji, sterowników lub aktualizacji.	Przywracanie do punktu przywracania systemu.
Komputer nie działa prawidłowo i nie znasz przyczyny problemu.	Zresetuj komputer.
Chcesz oddać komputer innej osobie lub przekazać go do recyklingu.	Zresetuj komputer.
Nie da się uruchomić systemu Windows.	Użyj dysku odzyskiwania w celu przywrócenia systemu lub zresetowania ustawień do stanu początkowego.

Przywracanie systemu Windows

Funkcja przywracania systemu to narzędzie dostarczane w ramach systemu Windows 10, które monitoruje zmiany wprowadzane w plikach systemowych i zapisuje stan systemu Windows jako punkt przywracania. Jeśli po zainstalowaniu aplikacji, sterownika lub aktualizacji system nie działa prawidłowo, można go przywrócić do wcześniejszego punktu przywracania.

Informacja: Przywrócenie systemu do wcześniejszego punktu przywracania nie ma wpływu na dane użytkownika.

Funkcja Przywracanie systemu tworzy punkty przywracania w następujących sytuacjach:

- automatycznie (po wykryciu zmian plików systemu Windows),
- w regularnych odstępach czasu (jeśli zostały skonfigurowane przez użytkownika),
- w dowolnej chwili po ręcznym uruchomieniu przez użytkownika.

Informacja: Tworzenie punktów przywracania przez funkcję Przywracanie systemu wymaga włączenia na dysku systemowym ochrony systemu.

Ręczne tworzenie punktu przywracania systemu

Funkcja przywracania systemu Windows pozwala w każdej chwili utworzyć punkt przywracania.

Krok 1. W polu wyszukiwania w systemie Windows 10 wpisz **Utwórz punkt przywracania** i wybierz wyświetlony wynik.

Krok 2. Wybierz kartę **Ochrona systemu**, a następnie kliknij przycisk **Utwórz**.

Informacja: Aby było możliwe tworzenie punktów odtwarzania, funkcja ochrony systemu musi być włączona na dysku systemowym komputera (zwykle dysku C). Wybierz dysk, a następnie wybierz opcję **Konfiguruj**, aby włączyć lub wyłączyć ochronę systemu.

Przywracanie z użyciem punktu przywracania systemu

Krok 1. W polu wyszukiwania w systemie Windows 10 wpisz **Odzyskiwanie** i wybierz wyświetlony wynik.

Krok 2. Wybierz kolejno opcje **Otwórz przywracanie systemu** → **Dalej**.

Krok 3. Wybierz punkt przywracania i wybierz kolejno **Dalej** → **Zakończ**.

Informacja: Możesz też wybrać opcję **Skanuj w poszukiwaniu zależnych programów** w celu sprawdzenia, która instalacja programów i sterowników odpowiada danemu punktowi przywracania.

Resetowanie ustawień systemu Windows

Jeśli system Windows nie działa prawidłowo jak zazwyczaj, możesz zresetować jego ustawienia.

- Krok 1. Otwórz menu Start i wybierz kolejno pozycje **Ustawienia** → **Aktualizacja i zabezpieczenia** → **Odzyskiwanie**.
- Krok 2. W sekcji **Resetowanie ustawień do stanu początkowego**, kliknij **Rozpocznij**.
- Krok 3. Wybierz opcję **Zachowaj moje pliki** lub **Usuń wszystko**.

Uwaga: Przed wybraniem opcji **Usuń wszystko** utwórz kopie zapasowe danych osobistych.

- Krok 4. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby ukończyć proces resetowania.

Tworzenie dysku odzyskiwania

Do utworzenia dysku odzyskiwania systemu Windows należy użyć własnego dysku zewnętrznego USB. Jeśli system Windows nie daje się uruchomić, można użyć dysku odzyskiwania w celu przywrócenia systemu lub przywrócenia stanu początkowego systemu Windows.

Uwagi: Większość dysków USB używa złącza Type-A. Jeśli komputer nie posiada złącza USB Type-A, dostępne są dwie opcje:

- kup dysk USB ze złączem Type-C i użyj go lub
- kup przejściówkę z USB Type-C na Type-A i użyj jej

- Krok 1. W polu wyszukiwania w systemie Windows 10 wpisz **Utwórz dysk odzyskiwania** i wybierz wyświetlony wynik.
- Krok 2. Upewnij się, że zaznaczona jest opcja **Utwórz kopię zapasową plików systemowych na dysku odzyskiwania** i kliknij przycisk **Dalej**.
- Krok 3. Podłącz dysk USB do komputera, wybierz go i kliknij kolejno opcje **Dalej** → **Utwórz**.

Uwaga: Wszelkie istniejące pliki na dysku zostaną usunięte. Przed użyciem dysku jako dysku odzyskiwania utwórz kopię zapasową zapisanych na nim plików użytkownika.

Po utworzeniu dysku odzyskiwania może zostać wyświetlona opcja **Usuń partycję odzyskiwania z komputera**. Jeśli chcesz zwolnić miejsce na dysku komputera, zaznacz tę opcję i kliknij przycisk **Usuń**. W przeciwnym razie kliknij przycisk **Zakończ**.

Użyj dysku odzyskiwania w celu przywrócenia systemu lub zresetowania ustawień systemu Windows do stanu początkowego

Jeśli system Windows nie daje się uruchomić, można użyć utworzonego wcześniej dysku odzyskiwania w celu przywrócenia systemu lub przywrócenia stanu początkowego systemu Windows.

- Krok 1. Podłącz dysk odzyskiwania do komputera, po czym uruchom ponownie komputer i skonfiguruj uruchamianie z dysku odzyskiwania.

Informacja: W przypadku komputerów bez złącza USB Type-A konieczne może być kupienie przejściówki (USB Type-C na Type-A), aby użyć dysku odzyskiwania.

- Krok 2. Na ekranie **Wybierz opcję** wybierz pozycję **Rozwiązywanie problemów**.

Krok 3. Wybierz jedną z opcji odzyskiwania.

Wybierz kolejno pozycje **Opcje zaawansowane** → **Przywracanie systemu**, aby przywrócić komputer do zapisanego punktu przywracania systemu.

Jeśli chcesz przywrócić komputer do stanu początkowego, wybierz opcję **Odzyskaj z dysku**.

Informacja: Jeśli podczas tworzenia dysku odzyskiwania nie wybrano opcji **Utwórz kopię zapasową plików systemowych na dysku odzyskiwania**, opcja **Odzyskiwanie z dysku** nie będzie dostępna.

Uwaga: Wykonanie odzyskiwania z dysku spowoduje usunięcie wszystkich utworzonych na komputerze plików użytkownika.

Rozdział 4. Pomoc i obsługa techniczna

Często zadawane pytania (FAQ)

Jak otworzyć Panel sterowania?	<ul style="list-style-type: none">Otwórz menu Start i wybierz kolejno opcje System Windows → Panel sterowania.Użyj funkcji Windows Search.
Jak wyłączyć komputer?	Otwórz menu Start i wybierz kolejno opcje Zasilanie → Zamknij .
Jak podzielić dysk na partycje?	Zobacz https://support.lenovo.com/solutions/ht503851
Co zrobić, jeśli komputer przestaje reagować?	Naciśnij i przytrzymaj przycisk zasilania, dopóki komputer się nie wyłączy. Następnie uruchom komputer ponownie.
Co robić w przypadku wylania płynu na komputer?	<ol style="list-style-type: none">Ostrożnie odłącz zasilacz i natychmiast wyłącz komputer. Im szybciej zapobiegiesz przepływowi prądu przez komputer, tym bardziej ograniczysz szkody wyrządzone z powodu zwarcia. Uwaga: Chociaż wyłączając natychmiast komputer, możesz utracić część danych lub pracy, pozostawienie komputera włączanego może spowodować, że stanie się on bezużyteczny.Zanim ponownie włączysz komputer, poczekaj, aż płyn wyschnie. ZAGROŻENIE: Nie próbuj odprowadzić płynu, przekręcając komputer. Jeśli komputer jest wyposażony w otwory na dole klawiatury do odprowadzania płynów, płyn zostanie przez nie odprowadzony.
Skąd mogę pobrać najnowsze sterowniki urządzeń oraz systemu UEFI/BIOS?	<ul style="list-style-type: none">Lenovo Vantage lub Lenovo PC ManagerSerwis www pomocy technicznej Lenovo: https://support.lenovo.com

Zasoby samopomocy

Skorzystaj z następujących zasobów samopomocy, aby uzyskać więcej informacji o komputerze i rozwiązywaniu problemów.

Zasoby	Jak uzyskać dostęp?
Użyj oprogramowania Lenovo Vantage lub Lenovo PC Manager, aby: <ul style="list-style-type: none">Pobrać i zainstalować najnowsze sterowniki i oprogramowanie sprzętowe.Konfigurowanie ustawień sprzętuZdiagnozować problemy ze sprzętem komputera.Sprawdzić status gwarancji komputera.	<ul style="list-style-type: none">Otwórz menu Start, a następnie wybierz pozycję Lenovo Vantage lub PC Manager.Użyj funkcji Windows Search.
Dokumentacja produktu: <ul style="list-style-type: none"><i>Podręcznik na temat bezpieczeństwa i gwarancji</i><i>Podręcznik konfiguracji</i>Ten <i>podręcznik użytkownika</i><i>Regulatory Notice</i>	<ol style="list-style-type: none">Przejdź pod adres https://support.lenovo.com.Wykryj model komputera lub wybierz model ręcznie.Wybierz pozycję Documentation (Dokumentacja) i odfiltruj żadaną dokumentację.

Zasoby	Jak uzyskać dostęp?
Serwis WWW wsparcia Lenovo zawiera najnowsze informacje dotyczące wsparcia, między innymi: <ul style="list-style-type: none"> • Sterowniki i oprogramowanie • Rozwiązania diagnostyczne • Gwarancja na produkt i usługi • Szczegóły produktu i części • Baza wiedzy i najczęściej zadawane pytania 	Przejdź pod adres https://support.lenovo.com
Pomoc systemu Windows	<ul style="list-style-type: none"> • Otwórz menu Start i wybierz pozycję Uzyskaj pomoc lub Porady. • Użyj funkcji Windows Search lub osobistego asystenta Cortana®. • Serwis WWW pomocy technicznej firmy Microsoft: https://support.microsoft.com

Czym są CRU?

Części wymienne przez klienta (CRU) są elementami, które mogą zostać ulepszone lub wymienione przez użytkownika. Komputer Lenovo może zawierać następujące typy części CRU:

Części CRU do samodzielnego montażu

Części, które mogą zostać zainstalowane lub łatwo wymienione przez samego klienta lub przeszkolonych serwisantów za dodatkową opłatą.

Części CRU objęte usługą opcjonalną

Części, które mogą zostać zainstalowane lub wymienione przez klientów posiadających wyższe umiejętności techniczne. Wyszkoleni serwisanci mogą również świadczyć usługi instalacji lub wymiany części w ramach gwarancji przewidzianej dla urządzenia klienta.

Jeśli użytkownik zamierza zainstalować CRU, Lenovo prześle CRU w tym celu. Od użytkownika może być wymagany zwrot uszkodzonej części zastąpionej przez CRU. Kiedy wymagany jest zwrot: (1) instrukcje zwrotu, opłacona etykieta wysyłkowa i pojemnik zostaną dołączone do zastępczej części CRU; oraz (2) użytkownik może zostać obciążony opłatą za wymianę CRU, w przypadku, gdy Lenovo nie otrzyma zwróconej wadliwej części CRU w ciągu trzydziestu (30) dni od wysłania zastępczego CRU do użytkownika. Aby uzyskać szczegółowe informacje, patrz *Ograniczona gwarancja Lenovo* na stronie https://www.lenovo.com/warranty/lw_02.

CRU dla modelu produktów

Poniższa tabela wymienia części CRU i rodzaje CRU określone dla modelu posiadanego przez użytkownika.

Część	Części CRU do samodzielnego montażu	Części CRU objęte usługą opcjonalną
Kabel zasilający	X	
Zasilacz	X	

Informacja: Instrukcja wymiany części CRU znajduje się w co najmniej jednej z poniższych publikacji i może zostać przekazana od Lenovo w dowolnym momencie na żądanie użytkownika.

Podręcznik użytkownika dla produktu

drukowane publikacje dołączone do produktu

Kontakt telefoniczny z firmą Lenovo

Jeśli nie udało się rozwiązać problemu i nadal potrzebujesz pomocy, zadzwoń do Centrum wsparcia dla klientów Lenovo.

Zanim się skontaktujesz z firmą Lenovo

Zanim się skontaktujesz z firmą Lenovo, zapisz informacje o produkcie i szczegóły dotyczące problemu.

Informacje o produkcie	Objawy problemu i dotyczące go szczegóły
<ul style="list-style-type: none">Nazwa produktuTyp i numer modelu komputera	<ul style="list-style-type: none">Na czym polega problem? Czy występuje zawsze, czy tylko sporadycznie?Komunikat o błędzie lub kod błęduJakiego systemu operacyjnego używasz? Jakiej wersji?Jakie aplikacje były uruchomione w chwili wystąpienia problemu?Czy problem można odtworzyć? Jeśli tak, to w jaki sposób?

Informacja: Nazwę produktu i numer seryjny zazwyczaj można znaleźć w dolnej części komputera, na jego etykiecie lub obudowie.

Centrum wsparcia dla klientów Lenovo

Podczas okresu gwarancyjnego możesz zadzwonić do Centrum wsparcia dla klientów Lenovo, aby uzyskać pomoc.

Numery telefonów

Listę telefonów do pomocy technicznej Lenovo w swoim kraju lub regionie można znaleźć pod adresem <https://pcsupport.lenovo.com/supportphonenumber>.

Informacja: Numery telefonów mogą ulec zmianie bez powiadomienia. Jeśli nie ma tam numeru dla danego kraju lub regionu, skontaktuj się ze sprzedawcą lub przedstawicielem Lenovo ds. marketingu.

Usługi dostępne w okresie gwarancyjnym

- Określanie problemów — do dyspozycji jest przeszkolony personel, który pomaga w określaniu problemów ze sprzętem i w podejmowaniu decyzji o niezbędnych działaniach mających na celu usunięcie problemu.
- Naprawa sprzętu firmy Lenovo – jeśli przyczyną problemu jest sprzęt objęty gwarancją firmy Lenovo, dostępny jest przeszkolony personel, który zapewnia odpowiedni zakres serwisu.
- Zarządzanie zmianami serwisowymi — sporadycznie mogą wystąpić zmiany, których wprowadzenie jest wymagane po sprzedaży produktu. Firma Lenovo lub autoryzowany przez nią reseler zapewni wprowadzenie wybranych zmian serwisowych (Engineering Changes — EC), które mają zastosowanie do danego sprzętu.

Nieobjęte usługi

- wymianę lub instalowanie części innych niż wyprodukowane przez firmę Lenovo lub nieobjętych gwarancją firmy Lenovo;
- identyfikacji źródeł problemów z oprogramowaniem;

- konfigurowanie systemu UEFI/BIOS podczas instalacji lub uaktualniania;
- zmian, modyfikacji lub aktualizacji sterowników urządzeń;
- instalowania i obsługi sieciowego systemu operacyjnego (network operating system – NOS);
- instalowania i obsługi programów.

Warunki Ograniczonej Gwarancji mające zastosowanie do produktu sprzętowego Lenovo podano w sekcji „Informacje dotyczące gwarancji” w *Podręczniku na temat bezpieczeństwa i gwarancji* dołączonym do komputera.

Zakup dodatkowych usług

W okresie gwarancyjnym oraz po nim możesz nabyć dodatkowe usługi od firmy Lenovo pod adresem <https://www.lenovo.com/services>.

Dostępność tych usług oraz ich nazewnictwo są różne w poszczególnych krajach i regionach.

Dodatek A. Ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa

Uwagi dotyczące bezpieczeństwa

Niniejsze informacje pomagają bezpiecznie korzystać z komputera. Należy zachować wszelkie informacje dołączone do komputera i stosować się do nich. Informacje zamieszczone w niniejszym dokumencie nie wpływają ani na warunki zawarte w umowie nabycia, ani na warunki Ograniczonej Gwarancji. Więcej informacji na ten temat zawiera rozdział „Informacje dotyczące gwarancji” w *Podręczniku na temat bezpieczeństwa i gwarancji* dołączonym do komputera.

Bezpieczeństwo klienta jest bardzo ważne. Nasze produkty są projektowane tak, aby były skuteczne i bezpieczne w użytkowaniu. Jednak komputery osobiste są urządzeniami elektronicznymi. Kable zasilające, zasilacze i inne elementy mogą stanowić potencjalne zagrożenie bezpieczeństwa i przy niewłaściwym użytkowaniu mogą spowodować obrażenia lub szkody materialne. Aby zmniejszyć to zagrożenie, należy postępować zgodnie z instrukcjami dołączonymi do produktu, przestrzegając ostrzeżeń znajdujących się na produkcie i w instrukcjach obsługi oraz przejrzeć dokładnie informacje zawarte w niniejszym dokumencie. Uważne stosowanie się do informacji zawartych w niniejszym dokumencie i dostarczonych wraz z produktem pomoże ochronić się przed niebezpieczeństwem i utworzyć bezpieczne środowisko pracy z komputerem.

Informacja: Informacje te zawierają odniesienia do zasilaczy i baterii. Niektóre produkty, takie jak głośniki i monitory, są dostarczane z zewnętrznym zasilaczem. Do nich właśnie odnoszą się informacje z tego rozdziału. Ponadto produkty komputerowe zawierają wewnętrzną baterię wielkości monety zapewniającą zasilanie zegarowi systemowemu w czasie, gdy komputer jest wyłączony, dlatego uwagi związane z baterią i dotyczące bezpieczeństwa odnoszą się do wszystkich produktów komputerowych.

Ważne informacje o używaniu komputera

Przestrzeganie ważnych wskazówek zawartych w niniejszym dokumencie pozwoli jak najlepiej i w jak najbardziej wygodny sposób korzystać z komputera. Ich nieprzestrzeganie może prowadzić do niewygody, kontuzji lub awarii komputera.

Należy chronić się przed energią cieplną wytwarzaną przez komputer.



Podczas pracy komputera lub ładowania akumulatora, jego podstawa, podpórka pod nadgarstki oraz inne części mogą się nagrzewać. Ich temperatura zależy od poziomu aktywności systemu oraz poziomu naładowania akumulatora.

Długi czas kontaktu z ciałem ludzkim, nawet przez ubranie, może spowodować podrażnienie, a nawet oparzenie skóry.

- Należy unikać długotrwałego kontaktu rąk, kolan oraz innych części ciała z rozgrzаныmi częściami komputera.
- Należy co jakiś czas robić przerwy w używaniu klawiatury, unosząc dłonie znad podpórki pod nadgarstki.

Należy chronić się przed energią ciepłą wytwarzaną przez zasilacz.



Zasilacz podłączony do gniazda elektrycznego i komputera wytwarza ciepło.

Dłuższy kontakt z ciałem, nawet przez ubranie, może spowodować oparzenie skóry.

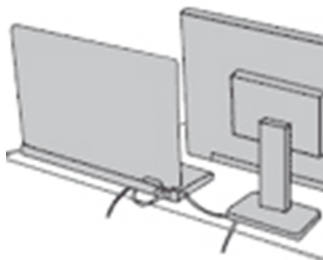
- Zasilacz nie powinien pozostawać w kontakcie z jakąkolwiek częścią ciała podczas używania.
- Nie należy go używać do ogrzewania ciała.
- Nie zawijaj kabli wokół zasilacza, gdy jest w użyciu.

Należy chronić komputer przed wilgocią.



Aby uniknąć rozlania płynu i niebezpieczeństwa porażenia prądem elektrycznym, należy unikać trzymania płynów w pobliżu komputera.

Należy chronić kable przed uszkodzeniem.



Działanie na kable dużą siłą może spowodować ich uszkodzenie lub zerwanie.

Ilustracja: linie komunikacyjne oraz kable zasilacza, myszy, klawiatury, drukarki czy jakiegokolwiek innego urządzenia elektronicznego należy ułożyć tak, aby ich nie przydepnąć, nie potknąć się o nie, nie przycisnąć ich komputerem ani innym przedmiotem oraz nie podziałać na nie w żaden inny sposób mogący zakłócić pracę komputera.

Należy chronić komputer i dane podczas przenoszenia.

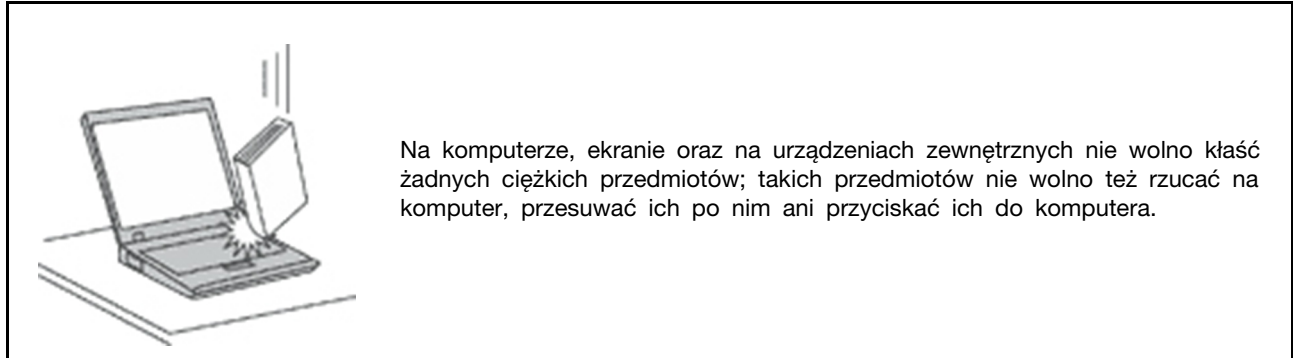


Przed przeniesieniem komputera wyposażonego w dysk twardy należy wykonać jedną z poniższych czynności:

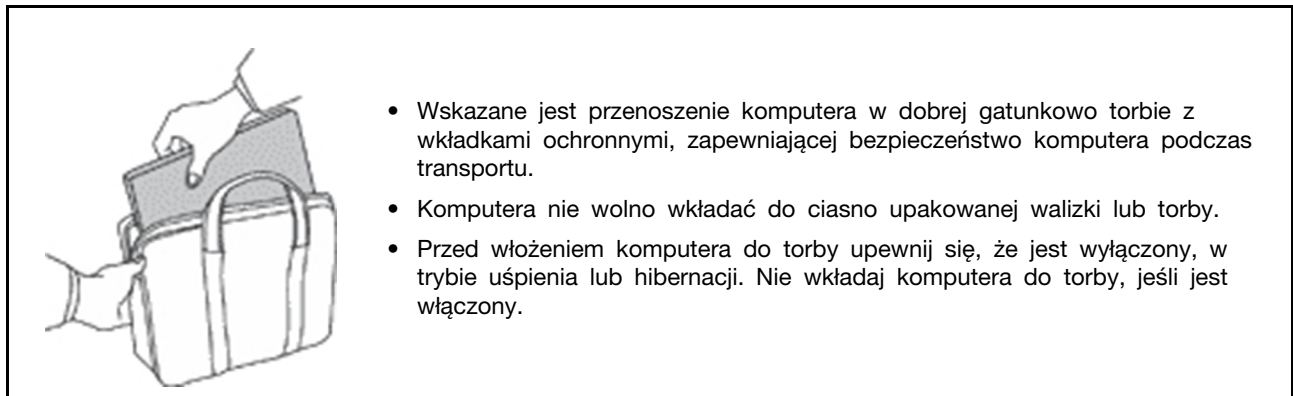
- Wyłącz komputer.
- Włącz tryb uśpienia.
- Włącz tryb hibernacji.

Pomaga to zapobiec uszkodzeniu komputera i utracie danych.

Z komputerem należy obchodzić się delikatnie.



Komputer należy przenosić ostrożnie.



Zdarzenia wymagające natychmiastowej reakcji

Produkty mogą ulec uszkodzeniu wskutek niewłaściwego użytkowania lub zaniedbania. Niektóre uszkodzenia są poważne i wymagają, aby zaprzestać używania produktu do czasu jego przeglądu oraz, jeśli niezbędna okaże się naprawa, do czasu jej wykonania przez autoryzowany serwis.

Tak jak w przypadku każdego urządzenia elektrycznego, na produkt należy zwracać szczególną uwagę, gdy jest włączony.

W bardzo rzadkich przypadkach można poczuć zapach, zauważyć smugę dymu lub iskrzenie wydobywające się z produktu. Czasem również można usłyszeć odgłosy trzasków, pękania lub syczenia. Może to oznaczać, że wewnętrzny komponent elektroniczny zepsuł się w sposób kontrolowany i bezpieczny. Może to jednak również wskazywać na ewentualne zagrożenie bezpieczeństwa. W żadnym z tych przypadków nie należy podejmować ryzyka ani prób samodzielnej diagnozy sytuacji. Należy skontaktować się z Centrum Wsparcia dla Klientów. Poniższy serwis WWW zawiera listę telefonów do punktów serwisu i pomocy technicznej:

<https://pcsupport.lenovo.com/supportphonenumberlist>

Komputer i jego komponenty należy często przeglądać pod kątem uszkodzeń, śladów zużycia lub innych oznak zagrożenia. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości dotyczących stanu któregośkolwiek z komponentów nie należy używać produktu. Aby uzyskać informacje na temat sprawdzania produktu i, jeśli okaże się to konieczne, jego naprawy, należy skontaktować się z Centrum Wsparcia Klienta lub producentem produktu.

W tych rzadkich przypadkach, gdy można zauważyć poniższe objawy, albo jeśli wystąpią jakiegokolwiek zastrzeżenia związane z bezpieczeństwem, należy zaprzestać używania produktu, odłączyć go od źródła zasilania i linii telefonicznych do czasu skontaktowania się z Centrum Wsparcia Klienta i uzyskania dalszych wskazówek.

- Kable zasilające, wtyczki, przedłużacze, zabezpieczenia przeciwprzepięciowe oraz zasilacze, na których pojawiły się pęknięcia, które zostały złamane albo zniszczone.
- Oznaki przegrzania, dym, iskrzenie lub pojawienie się ognia.
- Uszkodzenie baterii (pęknięcia, wgniecenia lub zgięcia), wyciek z baterii lub gromadzenie się na niej nieznanymi substancji.
- Odgłosy trzasków, pękania, syczenie albo silny zapach dobiegający się z produktu.
- Oznaki rozlania płynu lub ślady po upadku jakiegoś przedmiotu na produkt, kabel zasilający lub zasilacz.
- Komputer, kabel zasilający lub zasilacz zostały narażone na kontakt z wodą.
- Produkt został upuszczony lub w jakikolwiek inny sposób zniszczony.
- Produkt, obsługiwany zgodnie z instrukcją obsługi, nie działa poprawnie.

Informacja: Jeśli objawy te dotyczą innego produktu (na przykład przedłużacza), który nie jest produkowany dla lub przez Lenovo, należy zaprzestać używania takiego produktu i skontaktować się z jego producentem w celu uzyskania stosownych instrukcji lub produktu na wymianę.

Serwisowanie i modernizacja

Nie należy próbować samodzielnie naprawiać produktu, chyba że Centrum wsparcia dla klientów udzieli odpowiednich instrukcji lub można znaleźć je w dokumentacji. Należy korzystać tylko z usług dostawcy usług upoważnionego do naprawy danego produktu.

Informacja: Klient może we własnym zakresie dokonywać aktualizacji lub wymiany niektórych części komputera. Modernizacje zazwyczaj określa się mianem opcji. Części zamienne przeznaczone do instalowania przez Klientów określane są mianem Części Wymienianych przez Klienta (Customer Replaceable Units — CRU). Lenovo dostarcza dokumentację z instrukcjami, kiedy Klient może zainstalować opcje lub wymienić części CRU. Podczas instalacji lub wymiany części należy ściśle przestrzegać wszystkich instrukcji. Wyłączona kontrolka zasilania niekoniecznie oznacza zerowy poziom napięcia w produkcie. Przed zdjęciem obudowy produktu wyposażonego w kabel zasilający należy zawsze upewnić się, że zasilanie jest wyłączone, a produkt został odłączony od wszelkich źródeł zasilania. Wszelkie pytania i wątpliwości należy zgłosić Centrum wsparcia dla klientów.

Chociaż komputer nie zawiera ruchomych części (z wyjątkiem kabla zasilającego), bezpieczeństwo użytkownika wymaga zamieszczenia następujących ostrzeżeń.



Nie zbliżaj palców ani innych części ciała do niebezpiecznych ruchomych części. W razie obrażeń ciała natychmiast skorzystaj z pomocy medycznej.



Unikaj dotykania gorących komponentów wewnątrz komputera. Podczas pracy niektóre komponenty mogą się nagrzewać, co grozi oparzeniem. Przed otwarciem pokrywy wyłącz komputer, odłącz go od źródła zasilania i odczekaj około 10 minut, aż jego komponenty ostygną.



Po wymianie części wymienianej przez klienta (CRU), załóż z powrotem wszystkie pokrywy ochronne, w tym pokrywę komputera, przed podłączeniem zasilania i włączeniem komputera. Jest to istotne, ponieważ pozwoli uniknąć porażenia prądem i ograniczyć zakres ewentualnego ognia, który może się pojawić w bardzo specyficznych warunkach.



Podczas wymiany części wymienianych przez klienta uważaj na ostre krawędzie i narożniki, które mogą powodować obrażenia ciała. W razie obrażeń ciała natychmiast skorzystaj z pomocy medycznej.

Kable zasilające i zasilacze



NIEBEZPIECZEŃSTWO

Należy używać tylko kabli zasilających i zasilaczy dostarczonych przez producenta danego produktu.

Kable zasilające muszą posiadać certyfikat bezpieczeństwa. W Niemczech należy stosować kable typu H03VV-F, 3G, 0,75 mm² lub lepsze. W innych krajach należy używać kabli odpowiednich typów.

Nie należy nigdy owijać kabla zasilającego dookoła zasilacza ani wokół innych obiektów. Owiniecie takie może przyczynić się do powstania naprężeń w kablu, a co za tym idzie spowodować jego pęknięcie, zgięcie lub postrzępienie. Może to spowodować zagrożenie bezpieczeństwa.

Należy zawsze ułożyć kabel zasilający tak, aby nie był on narażony na deptanie, potykanie się o niego lub przygniecenie przez jakieś objekty.

Należy chronić kable zasilające i zasilacze przed kontaktem z płynami. Nie należy na przykład kłaść ich przy zlewach, wannach, toaletach lub na podłogach czyszczonych płynnymi środkami czyszczącymi. Płyny mogą spowodować zwarcie, szczególnie jeśli kabel zasilający lub zasilacz został zgnieciony wskutek niewłaściwego użytkowania. Ponadto płyny mogą powodować stopniową korozję końcówek kabla zasilającego lub wyprowadzenia złącza zasilacza, co może ostatecznie spowodować przegrzanie tych elementów.

Upewnij się, że wszystkie kable zasilające są właściwie podłączone do gniazd.

Nie można używać żadnego zasilacza ze śladami korozji na stykach wejścia zasilania lub wykazującego ślady przegrzania (takie jak deformacja plastiku) na stykach wejścia zasilania lub na jakiegokolwiek innej części.

Nie można korzystać z żadnego kabla zasilającego, na którego dowolnym końcu znajdują się styki elektryczne mające ślady korozji lub przegrzania, ani z kabla zasilającego, na którym widać jakiegokolwiek ślady uszkodzenia.

Aby zapobiec możliwemu przegrzaniu, nie przykrywaj zasilacza ubraniami ani innymi przedmiotami, gdy jest on podłączony do gniazda elektrycznego.

Przedłużacze i urządzenia powiązane

Należy upewnić się, że używane przedłużacze, urządzenia przeciwprzepięciowe, zasilacze awaryjne i listwy rozdzielcze zasilania są w stanie zrealizować wymagania produktu dotyczące zasilania. Urządzeń tych nigdy nie wolno obciążać powyżej ich norm. Jeśli używane są listwy rozdzielcze zasilania, obciążenie nie powinno przekroczyć ich znamionowej mocy wejściowej. W przypadku pytań związanych z obciążeniem elektrycznym, wymaganiami dotyczącymi zasilania i znamionowej mocy wejściowej należy skonsultować się z elektrykiem.

Wtyczki i gniazda zasilające



NIEBEZPIECZEŃSTWO

Jeśli gniazdo, które ma być używane ze sprzętem komputerowym wygląda na uszkodzone lub skorodowane, nie należy z niego korzystać dopóki nie zostanie wymienione przez wykwalifikowanego elektryka.

Nie należy zginać ani modyfikować wtyczki. Jeśli wtyczka jest uszkodzona, należy skontaktować się z producentem w celu jej wymiany.

Nie należy podłączać komputera do tego samego gniazda elektrycznego, co innych sprzętów, które pobierają znaczną ilość energii elektrycznej. W przeciwnym wypadku zmiany napięcia mogą uszkodzić komputer, dane i podłączone urządzenia.

Niektóre produkty są wyposażone we wtyczkę z trzema stykami. Wtyczka taka pasuje tylko do uziemionych gniazd elektrycznych. Jest to rodzaj zabezpieczenia. Nie należy go omijać i wkładać wtyczki do nieziemionego gniazda zasilającego. Jeśli nie można włożyć wtyczki do gniazda zasilającego, należy skontaktować się z elektrykiem w sprawie odpowiedniego adaptera do gniazda zasilającego lub wymienić gniazdo na nowe, zapewniające to zabezpieczenie. Nigdy nie należy przeciążać gniazda elektrycznego. Łączne obciążenie systemu nie powinno przekraczać 80 procent parametrów znamionowych danej gałęzi obwodu. W przypadku pytań związanych z obciążeniem elektrycznym i parametrami znamionowymi gałęzi obwodu należy skonsultować się z elektrykiem.

Należy upewnić się, że używane gniazdo zasilające jest poprawnie podłączone, łatwo dostępne i położone niedaleko od wszystkich zasilanych urządzeń. Nie należy mocno rozciągać kabli zasilających, gdyż może to spowodować powstanie naprężeń w kablu.

Należy upewnić się, że gniazko elektryczne dostarcza napięcie i prąd odpowiednie dla instalowanego produktu.

Należy ostrożnie podłączać urządzenie do gniazda elektrycznego i od niego odłączać.

Informacja na temat zasilacza

Nie wolno zdejmować obudowy zasilacza ani usuwać jakiegokolwiek części, do której dołączono etykietę o poniższej treści.



W komponentach oznaczonych tą etykietą występuje niebezpieczne napięcie, prąd i poziomy energetyczne. W środku podzespołów nie ma żadnych części wymagających obsługi. Jeśli istnieje podejrzenie wadliwego działania jednej z tych części, to należy skontaktować się z pracownikiem serwisu.

Urządzenia zewnętrzne

ZAGROŻENIE:

Nie należy podłączać ani odłączać żadnych kabli urządzeń zewnętrznych poza kablami USB (Universal Serial Bus) i 1394, gdy do komputera podłączone jest zasilanie. W przeciwnym wypadku można uszkodzić komputer. Aby uniknąć możliwości uszkodzenia podłączonych urządzeń, należy odczekać co najmniej pięć sekund po wyłączeniu komputera, a dopiero potem odłączyć urządzenia zewnętrzne.

Ogólne informacje o akumulatorze



NIEBEZPIECZEŃSTWO

Akumulatory dostarczane przez Lenovo przeznaczone do tego produktu zostały przetestowane w zakresie kompatybilności i mogą być zastąpione jedynie przez części zatwierdzone do wymiany. Akumulator inny niż zalecany przez Lenovo, zdemontowany lub zmodyfikowany, nie jest objęty gwarancją.

Nieprawidłowe użytkowanie akumulatora może doprowadzić do przegrzania, wycieku płynu lub wybuchu. Aby uniknąć możliwych obrażeń, postępuj zgodnie z poniższymi instrukcjami:

- Nigdy nie wolno otwierać, rozmontowywać ani serwisować jakiegokolwiek akumulatora.
- Nie wolno zgniatać ani przebijać akumulatora.
- Nie wolno zwierać akumulatora ani wystawiać go na działanie wody lub innych płynów.
- Akumulator należy trzymać poza zasięgiem dzieci.
- Nie należy wystawiać akumulatora na działanie ognia.

Należy zaprzestać używania akumulatora, jeśli uległ uszkodzeniu lub jeśli pojawił się na nim wyciek lub osad.

Akumulatory lub produkty z akumulatorami należy przechowywać w temperaturze pokojowej, naładowane do około 30 do 50% pojemności. Zaleca się ładowanie akumulatorów przynajmniej raz do roku w celu uniknięcia nadmiernego rozładowania.

Nie należy wyrzucać akumulatora do śmieci, które są wywożone na wysypisko. Podczas utylizacji akumulatora należy postępować zgodnie z miejscowymi przepisami i zaleceniami.

Uwaga dotycząca wbudowanego akumulatora



NIEBEZPIECZEŃSTWO

Nie wolno samodzielnie usuwać ani wymieniać wbudowanego akumulatora. Akumulator może wymienić wyłącznie punkt serwisowy lub personel techniczny autoryzowany przez Lenovo.

Akumulator należy ładować ponownie ściśle według instrukcji zawartych w dokumentacji produktu.

Punkty serwisowe lub personel techniczny autoryzowane przez Lenovo poddają akumulatory przetwarzaniu wtórnemu zgodnie z lokalnymi przepisami.

Uwaga dotycząca pastylkowej baterii litowej



NIEBEZPIECZEŃSTWO

Jeśli akumulator nie zostanie zastąpiony odpowiednim produktem, istnieje niebezpieczeństwo wybuchu.

Jeśli bateria pastylkowa nie jest częścią wymienianą przez klienta (CRU), nie należy jej wymieniać. Akumulator może wymienić wyłącznie punkt serwisowy lub personel techniczny autoryzowany przez Lenovo.

Punkty serwisowe lub personel techniczny autoryzowane przez Lenovo poddają akumulatory przetwarzaniu wtórnemu zgodnie z lokalnymi przepisami.



Pastylkową baterię litową można wymienić tylko na baterię tego samego lub odpowiadającego typu, zalecanego przez producenta. Bateria zawiera lit i może wybuchnąć, jeśli jest nieodpowiednio używana i obsługiwana oraz utylizowana w niewłaściwy sposób. Połknięcie litowej baterii pastylkowej grozi udławieniem lub poważnymi oparzeniami organów wewnętrznych w ciągu dwóch godzin, co może doprowadzić do śmierci.

Akumulatory należy trzymać poza zasięgiem dzieci. W przypadku połknięcia litowej baterii pastylkowej lub włożenia jej do dowolnego otworu ciała, natychmiast skorzystaj z pomocy medycznej.

Baterii nie należy:

- Wrzucać do wody ani jej w niej zanurzać
- Nagrzewa się do temperatury przekraczającej 100°C (212°F)
- Naprawiać lub demontować
- Pozostawienie w środowisku o bardzo niskim ciśnieniu powietrza
- Pozostawienie w środowisku o bardzo wysokiej temperaturze
- Zgniatanie, przebijanie, przecinanie lub spalanie

Akumulatory należy utylizować zgodnie z lokalnymi przepisami.

Poniższa uwaga ma zastosowanie w przypadku użytkowników na terenie Kalifornii w Stanach Zjednoczonych.

Informacja dotycząca chloranów – Kalifornia:

Produkty z pastylkową baterią litową z dwutlenkiem manganu mogą zawierać chlorany.

Materiał zawierający chlorany – może wymagać specjalnego przetwarzania, zobacz <https://www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate/>.

Ciepło i wentylacja produktu



NIEBEZPIECZEŃSTWO

Komputery, zasilacze i akcesoria generują ciepło. Z uwagi na minimalne rozmiary notebooki mogą generować znaczną ilość ciepła. Należy zawsze przestrzegać poniższych środków ostrożności:

- Podczas pracy komputera lub ładowania akumulatora, jego podstawa, podpórka pod nadgarstki oraz inne części mogą się nagrzewać. Należy unikać długotrwałego kontaktu rąk, kolan oraz innych części ciała z rozgrzаныmi częściami komputera. Podczas używania klawiatury należy unikać długotrwałego opierania nadgarstków na podpórce. Podczas normalnego działania komputer generuje pewną ilość ciepła. Zależy ona od poziomu aktywności systemu oraz poziomu naładowania akumulatora. Długi czas kontaktu z ciałem ludzkim, nawet przez ubranie, może spowodować podrażnienie, a nawet oparzenie skóry. Należy co jakiś czas robić przerwy w używaniu klawiatury, unosząc dłonie z nadgarstka pod podpórki. Należy też pamiętać, aby nie używać klawiatury zbyt długo.
- Nie należy używać komputera ani ładować akumulatora w pobliżu materiałów łatwopalnych lub wybuchowych.
- Produkt jest wyposażony w szczeliny wentylacyjne, wentylatory i/lub radiatory, które zapewniają bezpieczeństwo, komfort i niezawodność działania. Jednak można nieumyślnie zablokować te elementy umieszczając produkt na łóżku, sofie, dywanie lub innej elastycznej powierzchni. Nigdy nie należy blokować, przykrywać lub wyłączać tych elementów.
- Zasilacz podłączony do gniazda elektrycznego i komputera wytwarza ciepło. Nie powinien pozostawać w kontakcie z jakąkolwiek częścią ciała podczas używania. Nie należy go używać do ogrzewania ciała. Dłuższy kontakt z ciałem, nawet przez ubranie, może spowodować oparzenie skóry.

Dla własnego bezpieczeństwa należy zawsze przestrzegać poniższych podstawowych środków ostrożności:

- Zawsze zamykaj pokrywę, nawet jeśli komputer jest odłączony od sieci.
- Regularnie sprawdzaj, czy na zewnątrz komputera nie zgromadził się kurz.
- Usuwać kurz z otworów wentylacyjnych i otworów obejmy. Częstsze usuwanie kurzu jest zalecane, jeśli komputer znajduje się w obszarze szczególnie zakurczonym lub w pobliżu ciągów komunikacyjnych w budynkach.
- Nie wolno ograniczać ani blokować przepływu powietrza.
- Nie należy włączać komputera wewnątrz mebli, ponieważ wzrasta ryzyko przegrzania się sprzętu.
- Temperatura powietrza w komputerze nie powinna przekroczyć 35°C (95°F).

Prąd elektryczny – informacje dotyczące bezpieczeństwa



NIEBEZPIECZEŃSTWO

Napięcie elektryczne pochodzące z kabli zasilających, telefonicznych i komunikacyjnych jest niebezpieczne.

Aby uniknąć niebezpieczeństwa porażenia prądem elektrycznym:

- Nie należy używać komputera podczas burzy z wyładowaniami atmosferycznymi.
- Nie należy łączyć lub odłączać żadnych kabli ani wykonywać instalowania, konserwowania czy rekonfigurowania tego produktu podczas burzy z wyładowaniami atmosferycznymi.
- Wszystkie kable zasilające muszą być włączone do prawidłowo podłączonych i uziemionych gniazd zasilających.
- Wszystkie urządzenia, z którymi ten produkt ma być połączony, muszą być również włączone do prawidłowo podłączonych gniazd zasilających.
- O ile jest to tylko możliwe, należy podłączać i odłączać kable sygnałowe jedną ręką.
- Nigdy nie należy włączać urządzenia, jeśli widoczne są oznaki ognia, wody lub uszkodzeń konstrukcji.
- Przed otwarciem obudowy urządzenia należy odłączyć kable zasilające, akumulator i wszystkie przewody, o ile procedury konfigurowania i instalowania nie nakazują inaczej.
- Nie należy używać komputera, dopóki nie zostaną umieszczone na swoich miejscach wszystkie osłony podzespołów wewnętrznych. Nie wolno nigdy używać komputera, jeśli są widoczne jego podzespoły wewnętrzne i obwody drukowane.



NIEBEZPIECZEŃSTWO

Podczas instalowania i przenoszenia tego produktu lub podłączonych do niego urządzeń, a także otwierania ich obudów, kable należy łączyć i rozłączać zgodnie z poniższymi procedurami.

Aby podłączyć:

1. Wyłącz wszystkie urządzenia.
2. Podłącz wszystkie kable do urządzeń.
3. Podłącz kable sygnałowe do złączy.
4. Podłącz kable zasilające do gniazd zasilających.
5. Włącz urządzenia.

Aby odłączyć:

1. Wyłącz wszystkie urządzenia.
2. Odłącz kable zasilające od gniazd zasilających.
3. Odłącz kable sygnałowe od złączy.
4. Odłącz wszystkie kable od urządzeń.

Należy wyjąć kabel zasilający z gniazda zasilającego przed podłączeniem wszelkich innych kabli elektrycznych do komputera.

Można go ponownie podłączyć do gniazda zasilającego dopiero po podłączeniu wszystkich innych kabli.



NIEBEZPIECZEŃSTWO

Podczas burz z wyładowaniami atmosferycznymi nie należy wykonywać żadnych wymian ani podłączać lub odłączać go do/z gniazda ściennego.

Uwaga dotycząca ekranu ciekłokrystalicznego (LCD)

ZAGROŻENIE:

Ekran ciekłokrystaliczny (LCD) jest wykonany ze szkła, więc nieostrożne obchodzenie się z komputerem lub upuszczenie go może spowodować rozbicie ekranu. Jeśli ekran ulegnie rozbiciu, a znajdujący się w jego wnętrzu płyn dostanie się do oczu lub na ręce, należy natychmiast przemyć je wodą. Przemywanie powinno trwać co najmniej 15 minut. Jeśli po umyciu występują jakiegokolwiek niepokojące objawy, należy skorzystać z pomocy lekarza.

Informacja: W przypadku produktów z lampami fluorescencyjnymi zawierającymi rtęć (na przykład innych niż LED) znajdująca się w ekranie ciekłokrystalicznym (LCD) lampa fluorescencyjna zawiera rtęć. Należy ją zutylizować zgodnie z miejscowym prawem.

Używanie słuchawek



Wysoki poziom ciśnienia akustycznego w słuchawkach może spowodować utratę słuchu. Ustawienie potencjometru na maksymalną wartość powoduje zwiększenie napięcia wyjściowego słuchawek i poziomu ciśnienia akustycznego. Z tego powodu, aby chronić słuch, należy ustawić potencjometr na właściwą wartość.

Nadmierne korzystanie ze słuchawek przez dłuższy czas przy dużej głośności może być niebezpieczne, jeśli ich złącza nie są zgodne ze specyfikacją EN 50332-2. Złącze słuchawek w komputerze jest zgodne ze specyfikacją EN 50332-2, klauzula 7. Specyfikacja ta ogranicza maksymalne napięcie wyjściowe komputera w całym paśmie do 150 mV RMS. Aby uchronić się przed utratą słuchu, należy mieć pewność, że używane słuchawki są zgodne ze specyfikacją EN 50332-2, klauzula 7, ograniczającą napięcie w całym paśmie do 75 mV. Używanie słuchawek niezgodnych ze specyfikacją EN 50332-2 może być niebezpieczne w związku z wysokim poziomem ciśnienia akustycznego.

Jeśli komputer Lenovo jest wyposażony w słuchawki, to w połączeniu z komputerem są one zgodne ze specyfikacją EN 50332-1. W przypadku używania innych słuchawek należy mieć pewność, że są one zgodne ze specyfikacją EN 50332-1, klauzula 6.5. Używanie słuchawek niezgodnych ze specyfikacją EN 50332-1 może być niebezpieczne w związku z wysokim poziomem ciśnienia akustycznego.

Informacja o niebezpieczeństwie zadławienia



RYZYKO ZADŁAWIENIA — produkt zawiera małe części.

Należy trzymać go z dala od dzieci poniżej trzeciego roku życia.

Uwaga dotycząca plastikowych toreb



NIEBEZPIECZEŃSTWO

Plastikowe torby mogą być niebezpieczne. Aby uniknąć niebezpieczeństwa uduszenia, należy przechowywać plastikowe torby w miejscu niedostępnym dla dzieci.

Uwaga dotycząca części szklanych

ZAGROŻENIE:

Niektóre części produktu mogą być wykonane ze szkła. Może się ono potłuc, jeśli produkt zostanie upuszczony na twardą powierzchnię lub uderzony z dużą siłą. Jeśli szkło zostanie stłuczone, nie należy go dotykać ani próbować wyjmować. Nie należy korzystać z produktu do czasu wymiany szkła przez przeszkolony personel.

Zapobieganie wyładowaniom elektrostatycznym

Ładunki elektrostatyczne, mimo że są bezpieczne dla użytkownika, mogą poważnie uszkodzić elementy i opcje komputera. Niewłaściwe obchodzenie się z częściami wrażliwymi na wyładowania elektrostatyczne może spowodować ich uszkodzenie. Odpakowując akcesorium lub część CRU, nie należy otwierać ich antystatycznego opakowania aż do momentu instalacji.

W przypadku instalowania opcji lub części CRU albo wykonywania jakichkolwiek czynności wewnątrz komputera należy zachować następujące środki ostrożności w celu uniknięcia uszkodzenia przez ładunki elektrostatyczne:

- Ogranicz swoje ruchy. Ruch może spowodować wytworzenie się ładunków elektrostatycznych.
- Biorąc elementy do ręki, zachowaj ostrożność. Adaptery, moduły pamięci i inne układy elektroniczne chwytaj za brzegi. Nigdy nie dotykaj znajdujących się na wierzchu obwodów elektronicznych.
- Nie pozwól, aby inni dotykali komponentów.
- Instalując opcję lub część CRU wrażliwą na wyładowania elektrostatyczne, dotknij opakowanie antystatyczne z tą częścią do metalowego gniazda rozszerzeń lub innej niemalowanej powierzchni metalowej komputera na co najmniej dwie sekundy. Spowoduje to rozładowanie ładunków elektrostatycznych w opakowaniu i w ciele.
- W miarę możliwości wyjmij część wrażliwą na wyładowania elektrostatyczne z opakowania antystatycznego i zainstaluj ją bez odkładania. Jeśli nie jest to możliwe, połóż opakowanie antystatyczne na gładkiej, poziomej powierzchni i umieść na nim tę część.
- Nie kładź części na pokrywie komputera ani innych powierzchniach metalowych.

Dodatek B. Informacje o ułatwieniach dostępu i ergonomii

Niniejszy rozdział zawiera informacje dotyczące ułatwień dostępu i ergonomii.

Informacje o ułatwieniach dostępu

Lenovo stara się zapewniać osobom z wadami słuchu, wzroku i ograniczeniami ruchowymi większy dostęp do informacji i technologii. W tej sekcji podano informacje, które umożliwią tym osobom maksymalne wykorzystanie możliwości komputera. Najnowsze informacje na temat ułatwień dostępu można pobrać z następującego serwisu WWW:

<https://www.lenovo.com/accessibility>

Skróty klawiaturowe

Następująca lista zawiera skróty klawiaturowe ułatwiające obsługę komputera.

Informacja: Zależnie od klawiatury niektóre skróty klawiaturowe mogą być niedostępne.

- **Klawisz systemu Windows+U:** Otwarcie Centrum ułatwień dostępu
- **Prawy Shift przytrzymany przez osiem sekund:** Włączenie lub wyłączenie funkcji Klawisze filtru
- **Shift naciśnięty pięć razy:** Włączenie lub wyłączenie funkcji Klawisze trwałe
- **Num Lock przytrzymany przez pięć sekund:** Włączenie lub wyłączenie funkcji Klawisze przełączające
- **Lewy Alt+Lewy Shift+Num Lock:** Włączenie lub wyłączenie funkcji Klawisze myszy
- **Lewy Alt+Lewy Shift+PrtScn (lub PrtSc):** Włączenie lub wyłączenie funkcji Duży kontrast

Aby uzyskać więcej informacji, należy przejść pod adres <https://windows.microsoft.com/> i wyszukać dowolne z następujących słów kluczowych: keyboard shortcuts, key combinations, shortcut keys.

Centrum ułatwień dostępu

Moduł Centrum ułatwień dostępu w systemie operacyjnym Windows umożliwia dostosowanie konfiguracji komputerów do potrzeb fizycznych i poznawczych użytkowników.

Aby uzyskać dostęp do Centrum ułatwień dostępu:

1. Przejdź do Panelu sterowania i przełącz na wyświetlanie według kategorii.
2. Kliknij kolejno **Ułatwienia dostępu** → **Centrum ułatwień dostępu**.
3. Wybierz odpowiednie narzędzie, postępując zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.

Moduł Centrum ułatwień dostępu zawiera następujące narzędzia:

- Lupa
Program Lupa umożliwia powiększenie całości lub części ekranu, dzięki czemu można lepiej widzieć elementy.
- Narrator
Narrator to funkcja czytnika ekranu odczytująca na głos zawartość ekranu i opisująca zdarzenia, takie jak komunikaty o błędach.
- Klawiatura ekranowa

Do wprowadzania danych do komputera bez zastosowania klawiatury fizycznej, a za pomocą myszy, dżojstika lub innego urządzenia wskazującego można użyć klawiatury ekranowej. Funkcja Klawiatura ekranowa wyświetla klawiaturę zawierającą wszystkie klawisze standardowe. Klawisze są wybierane za pomocą myszy lub innego urządzenia wskazującego. Można także bezpośrednio wybrać klawisze, jeśli komputer jest wyposażony w ekran wielodotkowy.

- Duży kontrast

Funkcja Duży kontrast zwiększa kontrast kolorów niektórych tekstów i obrazów na ekranie. Dzięki temu wyróżniają się i łatwiej je zobaczyć.

- Spersonalizowana klawiatura

Dostosuj ustawienia klawiatury, aby ułatwić jej obsługę. Można na przykład użyć klawiatury do sterowania wskaźnikiem i ułatwienia używania niektórych kombinacji klawiszy.

- Mysz spersonalizowana

Dostosuj ustawienia myszy, aby ułatwić jej obsługę. Można na przykład zmienić wygląd wskaźnika i ułatwić zarządzanie oknami za pomocą myszy.

Rozpoznawanie mowy

Funkcja Rozpoznawanie mowy umożliwia sterowanie komputerem za pomocą głosu.

Możesz kontrolować klawiaturę i mysz za pomocą głosu. Za pomocą głosu możesz uruchamiać programy, otwierać menu, klikać obiekty na ekranie, dyktować teksty do zapisania w dokumentach oraz pisać i wysyłać wiadomości e-mail.

Aby użyć funkcji Rozpoznawanie mowy:

1. Przejdź do Panelu sterowania i przełącz na wyświetlanie według kategorii.
2. Kliknij **Ułatwienia dostępu** → **Rozpoznawanie mowy**.
3. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.

Technologie czytnika ekranu

Technologie czytników ekranu koncentrują się głównie na interfejsach programów, systemach pomocy i rozmaitych dokumentach elektronicznych. Aby dowiedzieć się więcej na temat czytników ekranowych, zapoznaj się z następującymi zagadnieniami:

- Korzystanie z plików PDF i czytników ekranu:
<https://www.adobe.com/accessibility.html?promoid=DJGVE>
- Korzystanie z czytnika ekranu JAWS:
<https://www.freedomscientific.com/Products/Blindness/JAWS>
- Korzystanie z czytnika ekranu NVDA:
<https://www.nvaccess.org/>

Rozdzielczość ekranu

Czytelność tekstu i obrazów na ekranie można zwiększyć, zmieniając rozdzielczość ekranu komputera.

Aby dostosować rozdzielczość ekranu:

1. Kliknij prawym przyciskiem myszy pusty obszar pulpitu i kliknij kolejno opcje **Ustawienia ekranu** → **Ekran**.
2. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.

Informacja: Ustawienie zbyt niskiej rozdzielczości może uniemożliwić wyświetlenie w całości niektórych elementów.

Konfigurowalny rozmiar elementu

Czytelność elementów na ekranie można zwiększyć, zmieniając rozmiar elementu.

- Aby tymczasowo zmienić rozmiar elementu, użyj narzędzia Lupa w module Centrum ułatwień dostępu.
- Aby na stałe zmienić wielkość elementu:
 - Zmień rozmiar wszystkich elementów na ekranie.
 1. Kliknij prawym przyciskiem myszy pusty obszar pulpitu i kliknij kolejno opcje **Ustawienia ekranu** → **Ekran**.
 2. Zmień rozmiar elementu, postępując zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie. W przypadku niektórych aplikacji zastosowanie konfiguracji może wymagać wylogowania się i ponownego zalogowania.
 - Zmień rozmiar elementów na stronie WWW.

Naciśnij i przytrzymaj klawisz Ctrl, a następnie naciśnij klawisz znaku plus (+), aby powiększyć, lub klawisz znaku minus (-), aby zmniejszyć rozmiar tekstu.
 - Zmień rozmiar elementów na pulpicie lub w oknie.

Informacja: Ta funkcja może nie działać w niektórych oknach.

Jeżeli masz mysz z kółkiem, naciśnij i przytrzymaj klawisz Ctrl, a następnie obróć kółko, aby zmienić rozmiar elementu.

Standardowe złącza

Komputer posiada standardowe złącza, dzięki czemu można podłączać urządzenia pomocnicze.

Dokumentacja w powszechnie stosowanych formatach

Lenovo zapewnia dokumentację elektroniczną w dostępnych formatach, takich jak odpowiednio otagowane pliki PDF czy pliki HTML (HyperText Markup Language). Dokumentacja elektroniczna Lenovo jest opracowywana tak, aby osoby niedowidzące mogły korzystać z niej przy użyciu czytnika ekranu. Każdy obraz w dokumentacji jest opatrzony odpowiednim opisem alternatywnym, aby niedowidzący użytkownicy używający czytnika ekranu mogli dowiedzieć się, co jest na ekranie.

Informacje dotyczące ergonomii

Aby wygodnie używać komputera osobistego, należy zadbać o ergonomię. Zorganizuj miejsce pracy i używany sprzęt w sposób odpowiadający Twoim indywidualnym potrzebom i rodzajowi wykonywanych zadań. Ponadto w celu jak najbardziej efektywnej i wygodnej pracy przy komputerze należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa i higieny pracy.

Praca w wirtualnym biurze może oznaczać konieczność dostosowywania się do częstych zmian otoczenia. Dostosowanie do otaczających źródeł światła, aktywne siedzenie przy komputerze oraz rozmieszczenie sprzętu komputerowego mogą pomóc zwiększyć wydajność i komfort pracy.

Poniższy przykład przedstawia osobę w typowej pozycji. Nawet jeśli nie będziesz się dokładnie tak, możesz skorzystać z podanych porad. Najważniejsze jest wyrobienie sobie dobrych nawyków.



Ogólna postawa: Co jakiś czas lekko zmieniaj postawę, zanim poczujesz dolegliwości związane z długą pracą w tej samej pozycji. Częste, krótkie przerwy w pracy również pomagają zapobiec drobnym dolegliwościom związanym z pozycją przy pracy.

Wyświetlacz: Ustaw ekran w taki sposób, aby utrzymywać od niego wygodną odległość wzroku — 510 do 760 mm (20 do 30"). Unikaj odbłasków i odbić pochodzących od górnego oświetlenia lub innych zewnętrznych źródeł światła. Utrzymuj ekran monitora w czystości i tak ustaw poziom jasności ekranu, aby wyraźnie widzieć jego zawartość. Aby dostosować jasność wyświetlacza, naciśnij klawisze sterowania jasnością.

Pozycja głowy: Trzymaj głowę i szyję w wygodnej i neutralnej (pionowej lub wyprostowanej) pozycji.

Krzesło: Krzesło powinno mieć dobre oparcie i możliwość dopasowania wysokości siedzenia. Należy je tak wyregulować, aby zapewniało najbardziej wygodną pozycję.

Położenie ramion i dłoni: Należy w miarę możliwości zapewnić oparcie dla ramion. Trzymaj przedramiona, nadgarstki i dłonie w swobodnej i neutralnej (poziomej) pozycji. Podczas pisania lekko dotykaj klawiszy, a nie uderzaj w nie.

Pozycja nóg: Przyjmuj taką pozycję, aby uda były równoległe do podłogi, a stopy spoczywały płasko na podłodze lub podnóżku.

A co podczas podróży?

Podczas używania komputera w podróży lub jakimś przypadkowym miejscu ściśle przestrzeganie zasad ergonomii może być niemożliwe. Jednak niezależnie od miejsca pracy staraj się przestrzegać możliwie jak największej liczby podanych porad. Dbając na przykład o właściwą postawę i odpowiednie oświetlenie, możesz utrzymać wysoki poziom komfortu i wydajności pracy. Jeśli Twój obszar pracy znajduje się poza biurem, nie zapominaj o aktywnym siedzeniu i robieniu przerw w pracy. Dostępnych jest wiele rozwiązań, które pomagają modyfikować i rozbudowywać komputer, aby jak najlepiej odpowiadał Twoim potrzebom. Niektóre z tych opcji można znaleźć na stronie <https://www.lenovo.com/accessories>. Sprawdź opcje rozwiązań dokowania i produktów zewnętrznych, które mogą zapewnić odpowiednie możliwości dostosowania i funkcje.

Masz pytania dotyczące wzroku?

Ekranów notebooków są tak zaprojektowane, aby spełniały najwyższe standardy. i zapewniały wyraźne, ostre i jasne obrazy, które są dobrze widoczne i nie męczą wzroku. Każda intensywna i długa praca przy komputerze może być męcząca dla oczu. Jeśli masz pytania dotyczące zmęczenia oczu lub dolegliwości wzrokowych, skonsultuj się z lekarzem okulistą.

Włączanie wyświetlania nocnego

Wyświetlanie nocne to funkcja systemu Windows, którą można włączać i wyłączać. W trybie wyświetlania nocnego są używane cieplejsze kolory i emitowane jest mniej niebieskiego światła. Włączenie wyświetlania nocnego zmniejsza ryzyko zmęczenia oczu.

Krok 1. Kliknij ikonę powiadomień w obszarze powiadomień systemu Windows.

Krok 2. Kliknij ikonę **Wyświetlanie nocne**, aby włączyć lub wyłączyć ten tryb.

Informacja: Jeśli nie możesz znaleźć ikony wyświetlania nocnego, kliknij opcję **Rozwiń**.

Aby uzyskać więcej informacji o zmniejszaniu zmęczenia wzroku, odwiedź stronę <https://www.lenovo.com/us/en/compliance/visual-fatigue>.

Dodatek C. Informacje o zgodności z przepisami

Ten dodatek zawiera różne oświadczenia o zgodności produktów Lenovo.

Oświadczenie o zgodności z częstotliwością radiową

Modele komputera wyposażone w sprzęt do komunikacji bezprzewodowej są zgodne z normami częstotliwości radiowej i bezpieczeństwa każdego kraju i regionu, gdzie funkcje komunikacji bezprzewodowej zostały dopuszczone do użytku.

Oprócz tego dokumentu przeczytaj również dokument *Regulatory Notice* dla danego kraju lub regionu przed użyciem urządzeń do komunikacji bezprzewodowej dostarczonych z komputerem.

Unia Europejska – zgodność z dyrektywą w sprawie kompatybilności sprzętu radiowego

Ten produkt jest zgodny ze wszystkimi wymaganiami i odpowiednimi normami mającymi zastosowanie do dyrektywy Rady UE w sprawie sprzętu radiowego 2014/53/UE na temat ustawodawstwa krajów członkowskich odnoszącego się do sprzętu radiowego. Pełna treść deklaracji zgodności systemu i jego modułu bezprzewodowego z wymogami UE jest dostępna na następujących stronach internetowych:

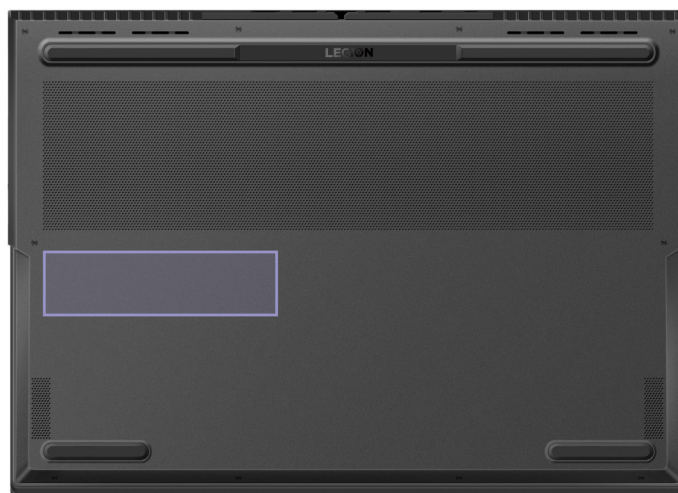
- Notebooki: <https://www.lenovo.com/eu-doc-notebooks>
- Tablety: <https://www.lenovo.com/eu-doc-tablets>
- Bezprzewodowe urządzenia peryferyjne: <https://www.lenovo.com/eu-doc-wireless-options>

Lenovo nie ponosi odpowiedzialności za błędy powstałe na skutek sprzecznego z zaleceniami, nieautoryzowanego wprowadzania zmian w produkcie, włącznie z instalowaniem kart opcjonalnych innych producentów. W wyniku testów stwierdzono, że ten produkt jest zgodny z ograniczeniami dotyczącymi wyposażenia informatycznego klasy B zgodnie z normami europejskimi zharmonizowanymi w odpowiednich dyrektywach. Limity dla urządzeń klasy B zostały ustanowione po to, aby zapewnić odpowiednią ochronę przed zakłóceniami pracy licencjonowanych urządzeń komunikacyjnych w środowisku mieszkalnym.

Lokalizacja FCC ID i IC ID

Jeśli komputer został zakupiony w Stanach Zjednoczonych lub w Kanadzie i zostały na nim fabrycznie zainstalowane moduły bezprzewodowe, etykieta z informacjami FCC ID i IC ID dotyczącymi tych modułów jest dostępna na pokrywie dolnej komputera.

Poniższy rysunek przedstawia umieszczenie wygrawerowanego (wypalonego laserowo) tekstu lub przytwierdzonej, nieusuwalnej etykiety.



Brazilia

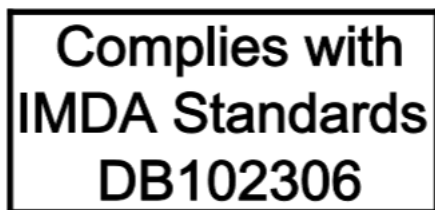
Este equipamento não tem direito à proteção contra interferência prejudicial e não pode causar interferência em sistemas devidamente autorizados.

This equipment is not protected against harmful interference and may not cause interference with duly authorized systems.

Meksyk

Advertencia: En Mexico la operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones: (1) es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y (2) este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada.

Singapur



Korea

무선설비 전파 혼신 (사용주파수 2400~2483.5 , 5725~5825 무선제품해당)

해당 무선설비가 전파혼신 가능성이 있으므로 인명안전과 관련된 서비스는 할 수 없음

SAR 정보

본 장치는 전파 노출에 대한 가이드라인을 충족합니다.

본 장치는 무선 송수신기입니다. 본 장치는 국제 가이드라인으로 권장되는 전파 노출에 대한 제한을 초과하지 않도록 설계되었습니다. 장치 액세서리 및 최신 부품을 사용할 경우 SAR 값이 달라질 수 있습니다. SAR 값은 국가 보고 및 테스트 요구 사항과 네트워크 대역에 따라 다를 수 있습니다. 본 장치는 사람의 신체에서 20mm 이상의 거리에서 사용할 수 있습니다.

Informacje o ochronie środowiska w danych krajach i regionach

Niniejsza sekcja zawiera informacje dotyczące ochrony środowiska, przetwarzania wtórnego oraz dyrektywy o ograniczeniu stosowania substancji niebezpiecznych (RoHS) w odniesieniu do produktów Lenovo.

Informacje o ochronie środowiska i przetwarzaniu wtórnym

Lenovo zachęca do odpowiedzialnego przetwarzania wtórnego niepotrzebnych urządzeń informatycznych (IT). Firma Lenovo oferuje różnorodne programy i usługi pomocne przy takim przetwarzaniu. Więcej informacji na temat przetwarzania wtórnego produktów Lenovo znajdziesz pod adresem:

<https://www.lenovo.com/recycling>

Najnowsze informacje środowiskowe dotyczące naszych produktów są dostępne pod adresem:

<https://www.lenovo.com/ecodeclaration>

Ważne informacje na temat dyrektywy WEEE



Oznaczenie WEEE umieszczane na produktach firmy Lenovo dotyczy krajów, w których obowiązuje dyrektywa WEEE i inne przepisy dotyczące zużytego sprzętu elektronicznego (na przykład europejska dyrektywa WEEE lub indyjskie zasady gospodarowania odpadami elektronicznymi). Urządzenia są oznaczane zgodnie z lokalnymi przepisami dotyczącymi zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego (WEEE). Przepisy te określają zakres, w jakim obowiązuje zwrot i przetwarzanie wtórne zużytych urządzeń w danym kraju. Znak ten jest stosowany na różnych produktach, aby wskazać, że nie należy ich wyrzucać, ale gromadzić je w specjalnie określonych pojemnikach w celu zwrotu po wycofaniu z użytku.

Użytkownicy urządzeń elektrycznych i elektronicznych (EEE), które zostały oznaczone symbolem WEEE, nie mogą utylizować urządzeń elektrycznych i elektronicznych z chwilą wycofania ich z użycia w sposób właściwy dla niesegregowanych odpadów komunalnych. Zamiast tego powinni skorzystać z infrastruktury dostępnej w zakresie odbioru tychże urządzeń w celu ich ponownego wykorzystania, przetworzenia wtórnego, przywrócenia im sprawności operacyjnej lub zminimalizowania ich potencjalnego szkodliwego wpływu na środowisko i zdrowie ludzkie w związku z obecnością substancji niebezpiecznych. Sprzęt elektryczny i elektroniczny (EEE) Lenovo może zawierać części i komponenty, które po zakończeniu eksploatacji mogą kwalifikować się do grupy odpadów niebezpiecznych.

Sprzęt elektryczny i elektroniczny (EEE) oraz zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny (WEEE) można dostarczyć bezpłatnie do miejsca sprzedaży lub dowolnego dystrybutora sprzedającego sprzęt elektryczny i elektroniczny o takich samych cechach i funkcjach co sprzęt EEE lub WEEE.

Dodatkowe informacje o dyrektywie WEEE można znaleźć pod adresem:

<https://www.lenovo.com/recycling>

Informacje o zużytych sprzęcie elektrycznym i elektronicznym (WEEE) dla Węgier

Jako producent Lenovo ponosi koszty wynikające ze spełniania zobowiązań Lenovo nałożonych z mocy węgierskiej ustawy 197/2014 (VIII.1.) i podpunktów (1)-(5) ustępu 12.

Oświadczenia na temat przetwarzania wtórnego dotyczące Japonii

Collecting and recycling a disused Lenovo computer or monitor

If you are a company employee and need to dispose of a Lenovo computer or monitor that is the property of the company, you must do so in accordance with the Law for Promotion of Effective Utilization of Resources. Computers and monitors are categorized as industrial waste and should be properly disposed of by an industrial waste disposal contractor certified by a local government. In accordance with the Law for Promotion of Effective Utilization of Resources, Lenovo Japan provides, through its PC Collecting and Recycling Services, for the collecting, reuse, and recycling of disused computers and monitors. For details, visit the Lenovo Web site at:

<https://www.lenovo.com/recycling/japan>

Pursuant to the Law for Promotion of Effective Utilization of Resources, the collecting and recycling of home-used computers and monitors by the manufacturer was begun on October 1, 2003. This service is provided free of charge for home-used computers sold after October 1, 2003. For details, go to:

<https://www.lenovo.com/recycling/japan>

Disposing of Lenovo computer components

Some Lenovo computer products sold in Japan may have components that contain heavy metals or other environmental sensitive substances. To properly dispose of disused components, such as a printed circuit board or drive, use the methods described above for collecting and recycling a disused computer or monitor.

Disposing of disused lithium batteries from Lenovo computers

A button-shaped lithium battery is installed inside your Lenovo computer to provide power to the computer clock while the computer is off or disconnected from the main power source. If you need to replace it with a new one, contact your place of purchase or contact Lenovo for service. If you need to dispose of a disused lithium battery, insulate it with vinyl tape, contact your place of purchase or an industrial-waste-disposal operator, and follow their instructions.

Disposal of a lithium battery must comply with local ordinances and regulations.

Disposing of a disused battery from Lenovo notebook computers

Your Lenovo notebook computer has a lithium ion battery or a nickel metal hydride battery. If you are a company employee who uses a Lenovo notebook computer and need to dispose of a battery, contact the proper person in Lenovo sales, service, or marketing, and follow that person's instructions. You also can refer to the instructions at:

<https://www.lenovo.com/jp/ja/environment/recycle/battery/>

If you use a Lenovo notebook computer at home and need to dispose of a battery, you must comply with local ordinances and regulations. You also can refer to the instructions at:

<https://www.lenovo.com/jp/ja/environment/recycle/battery/>

Informacje o przetwarzaniu wtórnym dotyczące Brazylii

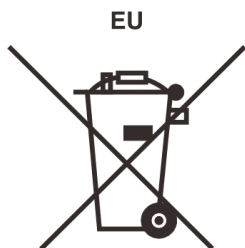
Declarações de Reciclagem no Brasil

Descarte de um Produto Lenovo Fora de Uso

Equipamentos elétricos e eletrônicos não devem ser descartados em lixo comum, mas enviados à pontos de coleta, autorizados pelo fabricante do produto para que sejam encaminhados e processados por empresas especializadas no manuseio de resíduos industriais, devidamente certificadas pelos órgãos ambientais, de acordo com a legislação local.

A Lenovo possui um canal específico para auxiliá-lo no descarte desses produtos. Caso você possua um produto Lenovo em situação de descarte, ligue para o nosso SAC ou encaminhe um e-mail para: reciclar@lenovo.com, informando o modelo, número de série e cidade, a fim de enviarmos as instruções para o correto descarte do seu produto Lenovo.

Informacje o przetwarzaniu wtórnym baterii i akumulatorów dotyczące Unii Europejskiej



Uwaga: Ten znak jest używany wyłącznie w krajach Unii Europejskiej (UE).

Akumulatory lub opakowania akumulatorów są oznakowane zgodnie z dyrektywą unijną 2006/66/EC dotyczącą baterii i akumulatorów oraz zużytych baterii i akumulatorów. Dyrektywa określa zakres, w jakim w całej Unii Europejskiej obowiązuje zwrot i przetwarzanie wtórne zużytych baterii i akumulatorów. Znak ten stosowany jest na różnych bateriach i akumulatorach, aby wskazać, że produktów tych nie należy wyrzucać, ale zwrócić je z chwilą wycofania z użytku, zgodnie z postanowieniami przywołanej dyrektywy.

Zgodnie z dyrektywą unijną 2006/66/EC baterie i akumulatory są odpowiednio oznakowane, aby wskazać, że z chwilą wycofania z użytku powinny zostać zebrane i poddane przetwarzaniu wtórnemu. Znak na akumulatorze może zawierać symbol chemiczny użytego w nim metalu (Pb – ołów, Hg – rtęć, Cd – kadm). Użytkownicy baterii i akumulatorów nie mogą pozbywać się ich w sposób właściwy dla niesegregowanych odpadów komunalnych. Zamiast tego powinni skorzystać z infrastruktury dostępnej w zakresie odbioru tychże produktów w celu ich ponownego wykorzystania, przetworzenia wtórnego lub utylizacji. Współdziałanie klientów jest ważne dla zminimalizowania potencjalnego szkodliwego wpływu baterii i akumulatorów na środowisko i zdrowie ludzkie w związku z obecnością substancji niebezpiecznych.

Przed przekazaniem sprzętu elektrycznego lub elektronicznego (EEE) do sieci lub zakładów zbiórki odpadów użytkownik końcowy sprzętu zawierającego baterie lub akumulatory musi usunąć te baterie i akumulatory, aby przekazać je do utylizacji osobno.

Utylizacja baterii i akumulatorów litowych z komputerów Lenovo

W produkcie Lenovo może być zainstalowana pastylkowa bateria litowa. Informacje o baterii można znaleźć w dokumentacji produktu. Jeśli bateria musi zostać wymieniona, skontaktuj się ze sprzedawcą lub firmą Lenovo w celu wykonania usługi. Jeśli baterię litową trzeba zutylizować, zaizoluj

ją taśmą winylową, skontaktuj się ze sprzedawcą lub zakładem utylizacji odpadów i postępuj zgodnie z przekazanymi przez nich instrukcjami.

Utylizacja akumulatorów z produktów Lenovo

Urządzenie Lenovo może być wyposażone w akumulator litowo-jonowy lub nikielowo-metalowo-wodorkowy. Informacje o akumulatorze można znaleźć w dokumentacji produktu. Jeśli musisz zutylizować akumulator, zaizoluj go taśmą winylową, skontaktuj się z serwisem, działem sprzedaży Lenovo, sprzedawcą lub zakładem utylizacji odpadów i postępuj zgodnie z przekazanymi przez nich instrukcjami. Możesz też skorzystać z instrukcji przedstawionych w podręczniku użytkownika danego produktu.

Właściwy sposób pozbywania się baterii i akumulatorów — patrz:

<https://www.lenovo.com/lenovo/environment>

Informacje o przetwarzaniu wtórnym dotyczące Chin kontynentalnych

《废弃电器电子产品回收处理管理条例》提示性说明

联想鼓励拥有联想品牌产品的用户当不再需要此类产品时，遵守国家废弃电器电子产品回收处理相关法律法规，将其交给当地具有国家认可的回收处理资质的厂商进行回收处理。更多回收服务信息，请点击进入<http://support.lenovo.com.cn/activity/551.htm>

Informacje o przetwarzaniu wtórnym baterii i akumulatorów dotyczące Tajwanu



廢電池請回收

Informacje o przetwarzaniu wtórnym baterii i akumulatorów dotyczące Stanów Zjednoczonych i Kanady



US & Canada Only

Deklaracje zgodności z RoHS

Lenovo angażuje się w ochronę środowiska. Ważnym priorytetem dla Lenovo jest wdrożenie na całym świecie wymagań RoHS (ograniczenia stosowania substancji niebezpiecznych). Lenovo spełnia wszystkie aktualnie obowiązujące wymagania RoHS. Ta sekcja zawiera deklaracje zgodności z RoHS według krajów lub regionów. Więcej informacji na temat zgodności Lenovo z RoHS na całym świecie można znaleźć na stronie <https://www.lenovo.com/ecodeclaration>.

Unia Europejska

Ten produkt Lenovo z dołączonymi do niego częściami (kablami, przewodami itd.) spełnia wymagania Dyrektywy 2011/65/UE dotyczącej ograniczenia używania niektórych niebezpiecznych substancji w sprzęcie elektrycznym i elektronicznym („RoHS recast” lub „RoHS 2”).

Turcja

The Lenovo product meets the requirements of the *Republic of Turkey Directive on the Restriction of the Use of Certain Hazardous Substances in Waste Electrical and Electronic Equipment (WEEE)*.

Türkiye AEEE Yönetmeliğine Uygunluk Beyanı

Bu Lenovo ürünü, T.C. Çevre ve Orman Bakanlığı'nın “Atık Elektrik ve Elektronik Eşyalarda Bazı Zararlı Maddelerin Kullanımının Sınırlandırılmasına Dair Yönetmelik (AEEE)” direktiflerine uygundur.

AEEE Yönetmeliğine Uygundur.

Ukraina

Цим підтверджуємо, що продукція Леново відповідає вимогам нормативних актів України, які обмежують вміст небезпечних речовин

Chiny kontynentalne

为满足中国电子电器产品有害物质限制相关的法律法规和其他要求，联想公司对本产品中有害物质按部件分类，声明如下。

Tabela 1. 产品中有害物质的名称及含量

部件名称	铅 (Pb)	汞 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (CR (VI))	多溴联苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
印刷电路板组件*	X	○	○	○	○	○
硬盘	X	○	○	○	○	○
光驱	X	○	○	○	○	○
LCD面板 (LED背光源)	X	○	○	○	○	○
键盘	X	○	○	○	○	○
内存	X	○	○	○	○	○
电池	X	○	○	○	○	○
电源适配器	X	○	○	○	○	○

Tabela 1. 产品中有害物质的名称及含量 (ciąg dalszy)

部件名称	铅 (Pb)	汞 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (CR (VI))	多溴联苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
底壳、顶壳和扬声器	X	○	○	○	○	○


注：

本表格依据SJ/T 11364的规定编制。某些型号的产品可能不包含表中的部分部件。

○：表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在GB/T 26572规定的限量要求以下。

X：表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出GB/T 26572规定的限量要求。标记“X”的部件，皆因全球技术发展水平限制而无法实现有害物质的替代。

*：印刷电路板组件包括印刷电路板及其零部件、电容和连接器等。



在中华人民共和国境内销售的电子信息产品必须带有此“环保使用期限”(EPuP)标志。圆圈内的数字标示正常使用状态下产品的环保使用期限。

Etykieta deklaracji zgodności dostawcy dla RoHS Chiny kontynentalne

依照《电器电子产品有害物质限制使用合格评定制度实施安排》，《绿色产品 标识使用管理办法》以及市场监管总局关于明确电器电子产品有害物质限制使用合格评定制度“供方符合性标志”的公告中对于合格评定标识的相关要求，联想公司 针对纳入《电器电子产品有害物质限制使用达标管理目录》内的产品，使用自我声明的合格评定方式，并使用如下合格评定标识：



Tajwan

單元Unit	限用物質及其化學符號 Restricted substances and its chemical symbols					
	鉛Lead (Pb)	汞 Mercury (Hg)	鎘 Cadmium (Cd)	六價鉻 Hexavalent chromium (Cr +6)	多溴聯苯 Polybrominated biphenyls (PBB)	多溴二苯醚 Polybrominated diphenyl ethers (PBDE)
外殼	-	○	○	○	○	○
電路板組件	-	○	○	○	○	○
機械部件	-	○	○	○	○	○
顯示螢幕	-	○	○	○	○	○
電源供應器	-	○	○	○	○	○
儲存裝置	-	○	○	○	○	○
輸入裝置	-	○	○	○	○	○

單元Unit	限用物質及其化學符號 Restricted substances and its chemical symbols					
	鉛Lead (Pb)	汞Mercury (Hg)	鎘Cadmium (Cd)	六價鉻Hexavalent chromium (Cr ⁺⁶)	多溴聯苯Polybrominated biphenyls (PBB)	多溴二苯醚Polybrominated diphenyl ethers (PBDE)
配件	-	○	○	○	○	○
<p>備考1."超出0.1 wt %"及"超出0.01 wt %"係指限用物質之百分比含量超出百分比含量基準值。</p> <p>Note 1: "Exceeding 0.1 wt %" and "exceeding 0.01 wt %" indicate that the percentage content of the restricted substance exceeds the reference percentage value of presence condition.</p> <p>備考2. "○"係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。</p> <p>Note 2: "○" indicates that the percentage content of the restricted substance does not exceed the percentage of reference value of presence.</p> <p>備考3. "-"係指該項限用物質為排除項目。</p> <p>Note 3: "-" indicates that the restricted substance corresponds to the exemption.</p>						

單元	說明
機械部件	泛指風扇、散熱器、喇叭、光碟機(選配)等
儲存裝置	泛指硬碟、固態硬碟、記憶體等
輸入裝置	泛指鍵盤、觸控板、攝影機、麥克風等
配件	泛指電源線組(選配)、觸控筆(選配)、耳機(選配)等

Indie

RoHS compliant as per *E-waste (Management) Rules*.

Uwagi dotyczące emisji promieniowania elektromagnetycznego

Oświadczenie dostawcy dotyczące wymogów Federalnego Urzędu Łączności USA (Federal Communications Commission – FCC)

Poniższe informacje dotyczą wymienionych poniżej modeli produktów Lenovo.

Nazwa modelu	Typ urządzenia (MT)
Lenovo Legion 7 15IMH05	81YT
Lenovo Legion 7 15IMHg05	81YU

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses, and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult an authorized dealer or service representative for help.

Lenovo is not responsible for any radio or television interference caused by using cables and connectors other than those recommended by Lenovo or by unauthorized changes or modifications to this equipment. Unauthorized changes or modifications could void the user's authority to operate the equipment.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Responsible Party:
 Lenovo (United States) Incorporated
 7001 Development Drive
 Morrisville, NC 27560
 Email: FCC@lenovo.com



Oświadczenie o zgodności Ministerstwa Przemysłu Kanady (Industry Canada)

CAN ICES-3(B)/NMB-3(B)

Europejski znak zgodności

Kontakt w UE: Lenovo (Slovakia), Landererova 12, 811 09 Bratislava, Slovakia



Zgodność z dyrektywą EMC

Ten produkt jest zgodny z wymaganiami dotyczącymi bezpieczeństwa zawartymi w dyrektywie Rady UE 2014/30/UE na temat ustawodawstwa państw członkowskich w dziedzinie kompatybilności elektromagnetycznej.

W wyniku testów stwierdzono, że ten produkt jest zgodny z ograniczeniami dotyczącymi wyposażenia informatycznego klasy B zgodnie z normami europejskimi zharmonizowanymi w odpowiednich dyrektywach. Wymogi klasy B dotyczące sprzętu mają na celu zapewnienie odpowiedniej ochrony usługom transmisyjnym na obszarach mieszkalnych.

Dyrektywa UE ErP (EcoDesign) (2009/125/EC) – zasilacze zewnętrzne (Rozporządzenie (UE) 2019/1782)

Produkty Lenovo zostały zaprojektowane do współpracy z wieloma zgodnymi zasilaczami. Na stronie <https://www.lenovo.com/us/en/compliance/eu-doc> można sprawdzić zgodne zasilacze. Szczegółowe specyfikacje zasilacza twojego komputera znajdziesz na stronie <https://support.lenovo.com>.

Oświadczenie o zgodności z niemiecką normą Klasa B

Hinweis zur Einhaltung der Klasse B zur elektromagnetischen Verträglichkeit

Dieses Produkt entspricht den Schutzanforderungen der EU-Richtlinie zur elektromagnetischen Verträglichkeit Angleichung der Rechtsvorschriften über die elektromagnetische Verträglichkeit in den EU-Mitgliedsstaaten und hält die Grenzwerte der Klasse B der Norm gemäß Richtlinie.

Um dieses sicherzustellen, sind die Geräte wie in den Handbüchern beschrieben zu installieren und zu betreiben. Des Weiteren dürfen auch nur von der Lenovo empfohlene Kabel angeschlossen werden. Lenovo übernimmt keine Verantwortung für die Einhaltung der Schutzanforderungen, wenn das Produkt ohne Zustimmung der Lenovo verändert bzw. wenn Erweiterungskomponenten von Fremdherstellern ohne Empfehlung der Lenovo gesteckt/eingebaut werden.

Zulassungsbescheinigung laut dem Deutschen Gesetz über die elektromagnetische Verträglichkeit von Betriebsmitteln, EMVG vom 20. Juli 2007 (früher Gesetz über die elektromagnetische Verträglichkeit von Geräten), bzw. der EU Richtlinie 2014/30/EU, der EU Richtlinie 2014/53/EU Artikel 3.1b), für Geräte der Klasse B.

Dieses Gerät ist berechtigt, in Übereinstimmung mit dem Deutschen EMVG das EG-Konformitätszeichen - CE - zu führen. Verantwortlich für die Konformitätserklärung nach Paragraf 5 des EMVG ist die Lenovo (Deutschland) GmbH, Meitnerstr. 9, D-70563 Stuttgart.

Oświadczenie o zgodności z japońską normą VCCI Klasa B

この装置は、クラスB機器です。この装置は、住宅環境で使用することを目的としていますが、この装置がラジオやテレビジョン受信機に近接して使用されると、受信障害を引き起こすことがあります。

取扱説明書に従って正しい取り扱いをして下さい。

VCCI-B

Japońskie oświadczenie zgodności produktów podłączanych do gniazdek sieci elektrycznej, w których płynie prąd o natężeniu nie przekraczającym 20 A na fazę

日本の定格電流が 20A/相 以下の機器に対する高調波電流規制
高調波電流規格 JIS C 61000-3-2 適合品

Uwaga dotycząca kabla zasilającego — Japonia

The ac power cord shipped with your product can be used only for this specific product. Do not use the ac power cord for other devices.

本製品およびオプションに電源コード・セットが付属する場合は、それぞれ専用のものでありますので他の電気機器には使用しないでください。

Inne informacje o zgodności z przepisami

Niniejsza sekcja zawiera pozostałe informacje dotyczące zgodności z przepisami w odniesieniu do produktów Lenovo.

Uwaga o klasyfikacji eksportowej

Produkt ten podlega amerykańskim regulacjom dotyczącym eksportu EAR i posiada numer klasyfikacji eksportowej ECCN 5A992.c. Można go reeksportować z wyjątkiem krajów objętych embargiem wymienionych na liście EAR E1.

Informacje na temat serwisowania produktów marki Lenovo na Tajwanie

委製商/進口商名稱: 荷蘭商聯想股份有限公司台灣分公司
進口商地址: 台北市中山區北安路780號7樓
進口商電話: 0800-000-702 (代表號)


Oświadczenie o środkach ostrożności dotyczących wzroku dla Tajwanu

警語：使用過度恐傷害視力

注意事項：

- 使用30分鐘請休息10分鐘。
- 未滿2歲幼兒不看螢幕，2歲以上每天看螢幕不要超過1小時。

Dodatkowe informacje dotyczące Unii Europejskiej

Назначение	персональный компьютер для личного и служебного использования, для передачи данных, с поддержкой различных профилей подключения (Wi-Fi, Bluetooth и пр.).
Изготовитель	Леново ПЦ ХК Лимитед, 23/Ф Линколн Хаус, Тайку Плейс 979 Кингз Роуд, Куарри Бэй, Гонконг (Lenovo PC HK Limited, 23/F Lincoln House, Taikoo Place 979 King's Road, Quarry Bay, Hong Kong)
Страна производства	Китай
Наименование и местонахождение уполномоченного изготовителем лица	ООО «Леново (Восточная Европа/Азия)» 143401, Московская область, г. Красногорск, бульвар Строителей, дом 4, корпус 1, помещение VII, тел. +7 495 645 83 38, факс +7 495 645 78 77.
Импортер	Наименование, адрес импортера и информация для связи с ним указаны на этикетке* на упаковке продукции. *Согласно ГОСТ 2.601-2013 «Единая система конструкторской документации. Эксплуатационные документы», пункт 5.1, подпункт 5.1.2, этикетка является видом эксплуатационных документов.
Дата изготовления (месяц и год)	Указана на этикетке* на упаковке продукции, в графе Date (дата указана в формате год-месяц-дата). Для получения более подробной информации посетите веб-сайт: https://support.lenovo.com
Единый знак обращения на рынке стран Таможенного союза	

Informacje o przepisach dotyczących głośności obowiązujących w Brazylii

Ouvir sons com mais de 85 decibéis por longos períodos pode provocar danos ao sistema auditivo.

ENERGY STAR



ENERGY STAR to wspólny program amerykańskiej Agencji Ochrony Środowiska i amerykańskiego Departamentu Energii, którego celem jest oszczędzanie pieniędzy i ochrona środowiska dzięki stosowaniu energooszczędnych produktów i procedur.

Firma Lenovo z dumą oferuje produkty zgodne ze znakiem certyfikacji ENERGY STAR. Komputery firmy Lenovo oznaczone symbolem ENERGY STAR zostały zaprojektowane i przetestowane pod kątem zgodności z wymaganiami programu ENERGY STAR dla komputerów zgodnie z wytycznymi amerykańskiej Agencji Ochrony Środowiska. W przypadku certyfikowanych komputerów symbol ENERGY STAR może znajdować się na produkcie, jego opakowaniu lub wyświetlać się elektronicznie na ekranie etykiety elektronicznej lub w interfejsie ustawień zasilania.

Używając produktów zgodnych z programem ENERGY STAR i wykorzystując opcje zarządzania zasilaniem Twojego komputera, zmniejszasz pobór energii elektrycznej. Tym samym oszczędzasz pieniądze, chronisz środowisko i zmniejszasz emisję gazów powodujących efekt cieplarniany. Więcej informacji o ocenach ENERGY STAR można znaleźć na stronie <https://www.energystar.gov>

Firma Lenovo zachęca do efektywnego korzystania z energii elektrycznej na codzień. Aby w tym pomóc, firma Lenovo fabrycznie skonfigurowała następujące opcje zarządzania zasilaniem, włączające się, kiedy komputer pozostaje nieaktywny przez określoną ilość czasu.

Tabela 2. Zrównoważony (gdy podłączony jest zasilacz)

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Wyłączenie ekranu: po 10 minutach• Uśpienie komputera: po 30 minutach |
|--|

Dodatek D. Uwagi i znaki towarowe

Uwagi

Firma Lenovo może nie oferować w niektórych krajach produktów, usług lub opcji omawianych w niniejszej publikacji. Informacje o produktach i usługach dostępnych w danym kraju można uzyskać od lokalnego przedstawiciela firmy Lenovo. Odwołanie do produktu, programu lub usługi firmy Lenovo nie oznacza, że można użyć wyłącznie tego produktu, programu lub usługi. Zamiast nich można zastosować ich odpowiednik funkcjonalny pod warunkiem, że nie narusza to praw własności intelektualnej firmy Lenovo. Jednakże cała odpowiedzialność za ocenę przydatności i sprawdzenie działania produktu, programu lub usługi, pochodzących od innego producenta, spoczywa na użytkowniku.

Firma Lenovo może mieć patenty lub złożone wnioski patentowe na towary i usługi, o których mowa w niniejszej publikacji. Przedstawienie tej publikacji nie daje żadnych uprawnień licencyjnych do tychże patentów. Pisemne zapytania w sprawie licencji można przysyłać na adres:

Lenovo (United States), Inc.

8001 Development Drive

Morrisville, NC 27560

U.S.A.

Attention: Lenovo Director of Licensing

LENOVO DOSTARCZA TĘ PUBLIKACJĘ W TAKIM STANIE, W JAKIM SIĘ ZNAJDUJE („AS IS”) BEZ UDZIELANIA JAKICHKOLWIEK GWARANCJI (W TYM TAKŻE RĘKOJMI), WYRAŻNYCH LUB DOMNIEMANYCH, A W SZCZEGÓLNOŚCI DOMNIEMANYCH GWARANCJI PRZYDATNOŚCI HANDLOWEJ, PRZYDATNOŚCI DO OKREŚLONEGO CELU ORAZ GWARANCJI, ŻE PUBLIKACJA NIE NARUSZA PRAW STRON TRZECICH. Ustawodawstwa niektórych krajów nie dopuszczają zastrzeżeń dotyczących gwarancji wyraźnych lub domniemanych w odniesieniu do pewnych transakcji; w takiej sytuacji powyższe zdanie nie ma zastosowania.

Informacje te są okresowo aktualizowane, a zmiany zostaną ujęte w kolejnych wydaniach tej publikacji. Aby lepiej świadczyć swe usługi, Lenovo zastrzega sobie prawo do ulepszania i/lub modyfikowania produktów i oprogramowania opisanych w podręcznikach dołączonych do komputera oraz treści samych podręczników w dowolnym czasie, bez powiadamiania.

Interfejs oraz funkcje oprogramowania oraz konfiguracji sprzętu opisane w podręcznikach dołączonych do komputera mogą różnić się od faktycznej konfiguracji zakupionego komputera. Informacje o konfiguracji produktu znaleźć można w odpowiedniej umowie (o ile taką zawarto), na liście pakunkowej produktu lub uzyskać od sprzedawcy. Firma Lenovo ma prawo do stosowania i rozpowszechniania informacji przysłanych przez użytkownika w dowolny sposób, jaki uzna za właściwy, bez żadnych zobowiązań wobec ich autora.

Produkty opisane w niniejszym dokumencie nie są przeznaczone do zastosowań związanych z wszczepieniami lub podtrzymywaniem życia, gdzie niewłaściwe funkcjonowanie może spowodować uszczerbek na zdrowiu lub śmierć. Informacje zawarte w niniejszym dokumencie pozostają bez wpływu na dane techniczne produktów oraz gwarancje firmy Lenovo. Żadne z postanowień niniejszego dokumentu nie ma charakteru wyraźnej lub domniemanej licencji czy zabezpieczenia bądź ochrony przed roszczeniami w ramach praw własności intelektualnej firmy Lenovo lub stron trzecich. Wszelkie zawarte tu informacje zostały uzyskane w konkretnym środowisku i mają charakter ilustracyjny. Wyniki osiągnięte w innych środowiskach operacyjnych mogą być odmienne.

Firma Lenovo ma prawo do stosowania i rozpowszechniania informacji przysłanych przez użytkownika w dowolny sposób, jaki uzna za właściwy, bez żadnych zobowiązań wobec ich autora.

Wszelkie wzmianki w niniejszej publikacji na temat stron internetowych innych firm zostały wprowadzone wyłącznie dla wygody użytkownika i w żadnym wypadku nie stanowią zachęty do ich odwiedzania. Materiały dostępne na tych stronach nie wchodzi w skład materiałów opracowanych do tego produktu firmy Lenovo, a użytkownik może korzystać z nich na własną odpowiedzialność.

Wszelkie dane dotyczące wydajności zostały zebrane w kontrolowanym środowisku. Dlatego też rezultaty osiągnięte w innych środowiskach operacyjnych mogą być inne. Niektóre pomiary mogły być dokonywane na systemach będących w fazie rozwoju i nie ma gwarancji, że pomiary te wykonane na ogólnie dostępnych systemach dadzą takie same wyniki. Niektóre z pomiarów mogły być estymowane przez ekstrapolację. Rzeczywiste wyniki mogą być inne. Użytkownicy powinni we własnym zakresie sprawdzić odpowiednie dane dla ich środowiska.

Właścicielem praw autorskich do niniejszego dokumentu jest firma Lenovo. Nie jest on objęty żadną licencją „open source”, w tym żadnymi umowami dotyczącymi systemu Linux, które mogą towarzyszyć oprogramowaniu uwzględnionemu w tym produkcie. Lenovo może aktualizować ten dokument w dowolnym czasie bez powiadomienia.

W celu uzyskania najnowszych informacji lub w przypadku pytań lub uwag, skontaktuj się z lub odwiedź serwis WWW firmy Lenovo:

<https://support.lenovo.com>

Znaki towarowe

LENOVO i logo LENOVO są znakami towarowymi firmy Lenovo. Thunderbolt jest znakiem towarowym firmy Intel Corporation lub jej podmiotów zależnych w Stanach Zjednoczonych i/lub w innych krajach. Microsoft, Windows, OneDrive, Outlook, Skype, Office 365 i Cortana są znakami towarowymi grupy Microsoft. DisplayPort jest znakiem towarowym Video Electronics Standards Association. Nazwy HDMI i HDMI High-Definition Multimedia Interface są znakami towarowymi lub zastrzeżonymi znakami towarowymi firmy HDMI Licensing LLC w Stanach Zjednoczonych i/lub w innych krajach. Wi-Fi i Miracast są zarejestrowanymi znakami towarowymi firmy Wi-Fi Alliance. USB-C jest znakiem towarowym USB Implementers Forum. Wszelkie inne znaki towarowe należą do odpowiednich właścicieli. © 2020 Lenovo.