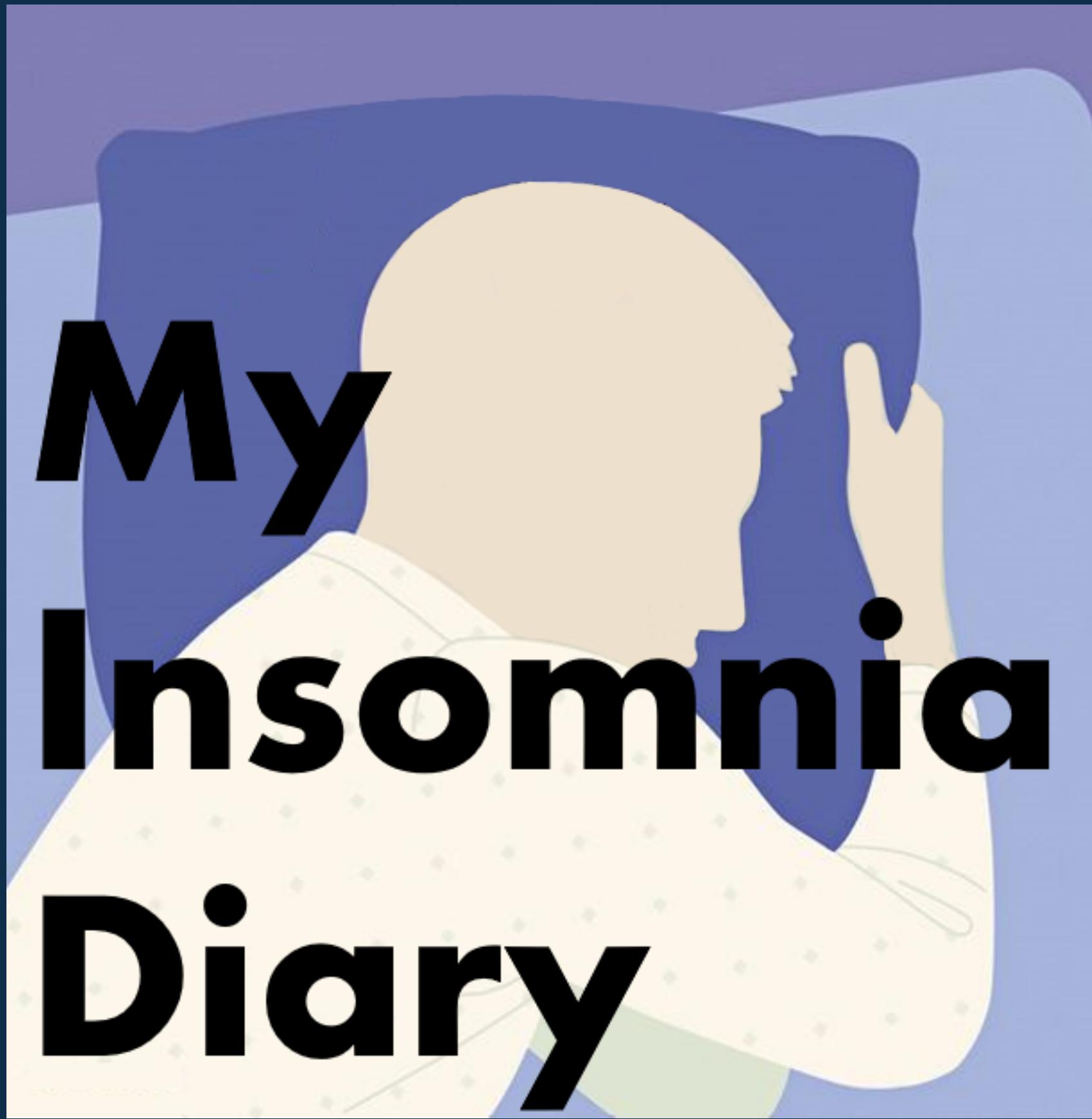


With LG Brid . zzz

Insomnia Diary

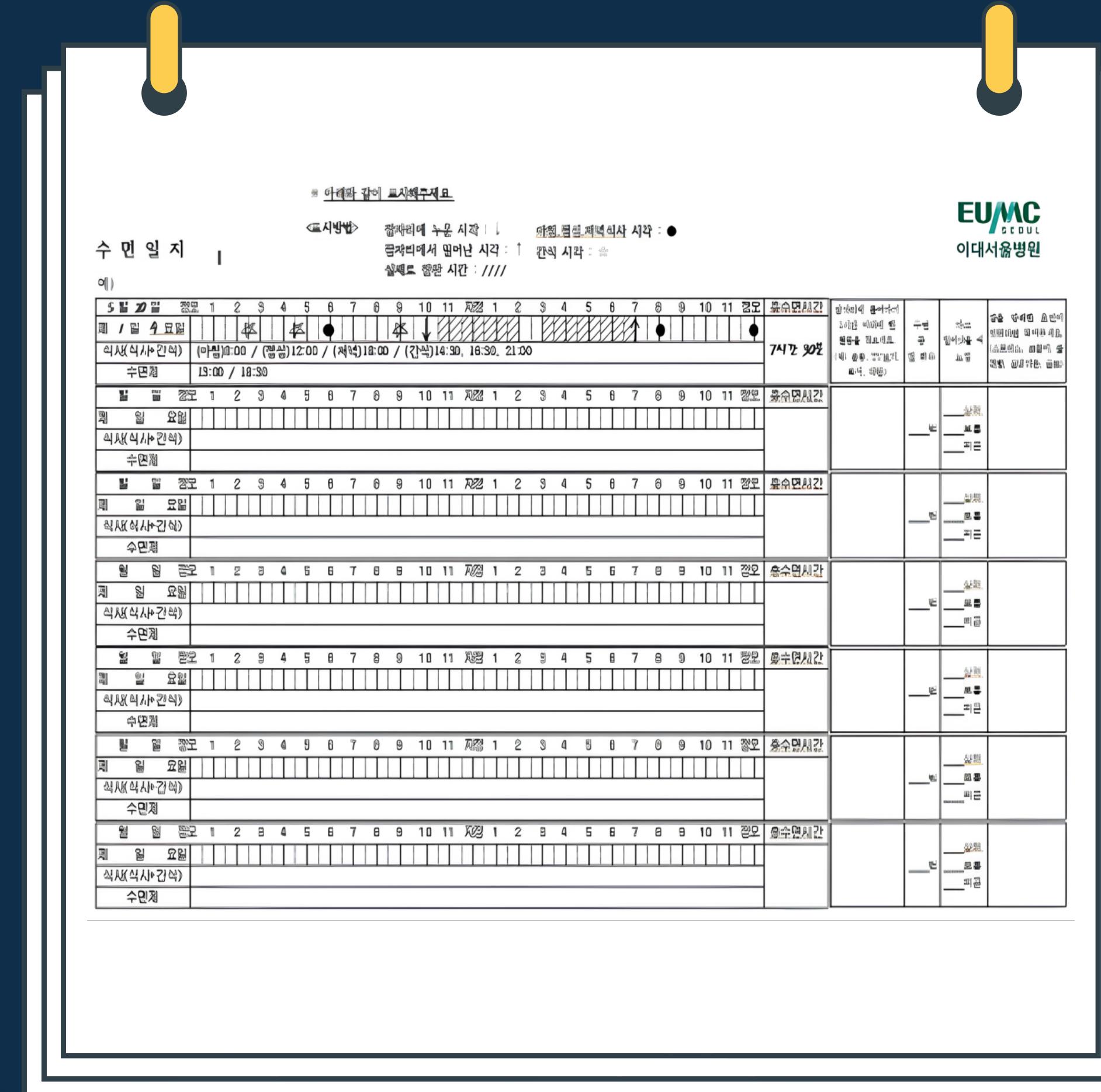
강병헌
정윤서
최원준
정우성

목차



1. 현재 수면 일지
2. 발전 방향성
3. 수면 일지 작성
4. 수면 일지 이미지 생성
5. 수면 일지 데이터 분석
- Now & Future

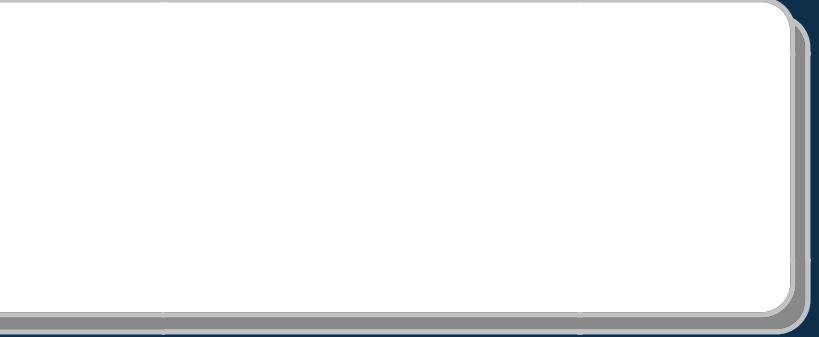
1. 현재 수면 일지



A4 용지로 작성되어 실물로 보관

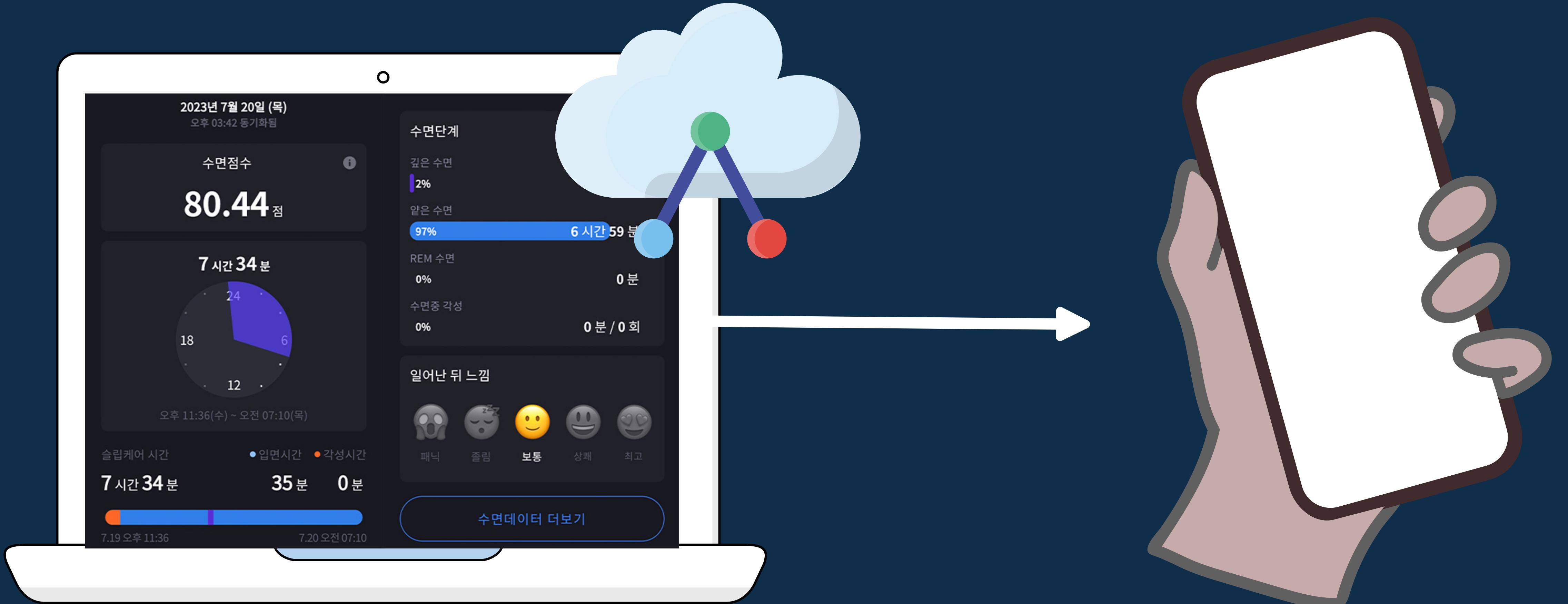
- > 저장 및 보관의 어려움
- > 데이터 2차 활용 어려움

2. 발전 방향성

이제 수면 일지는  작성해야죠!

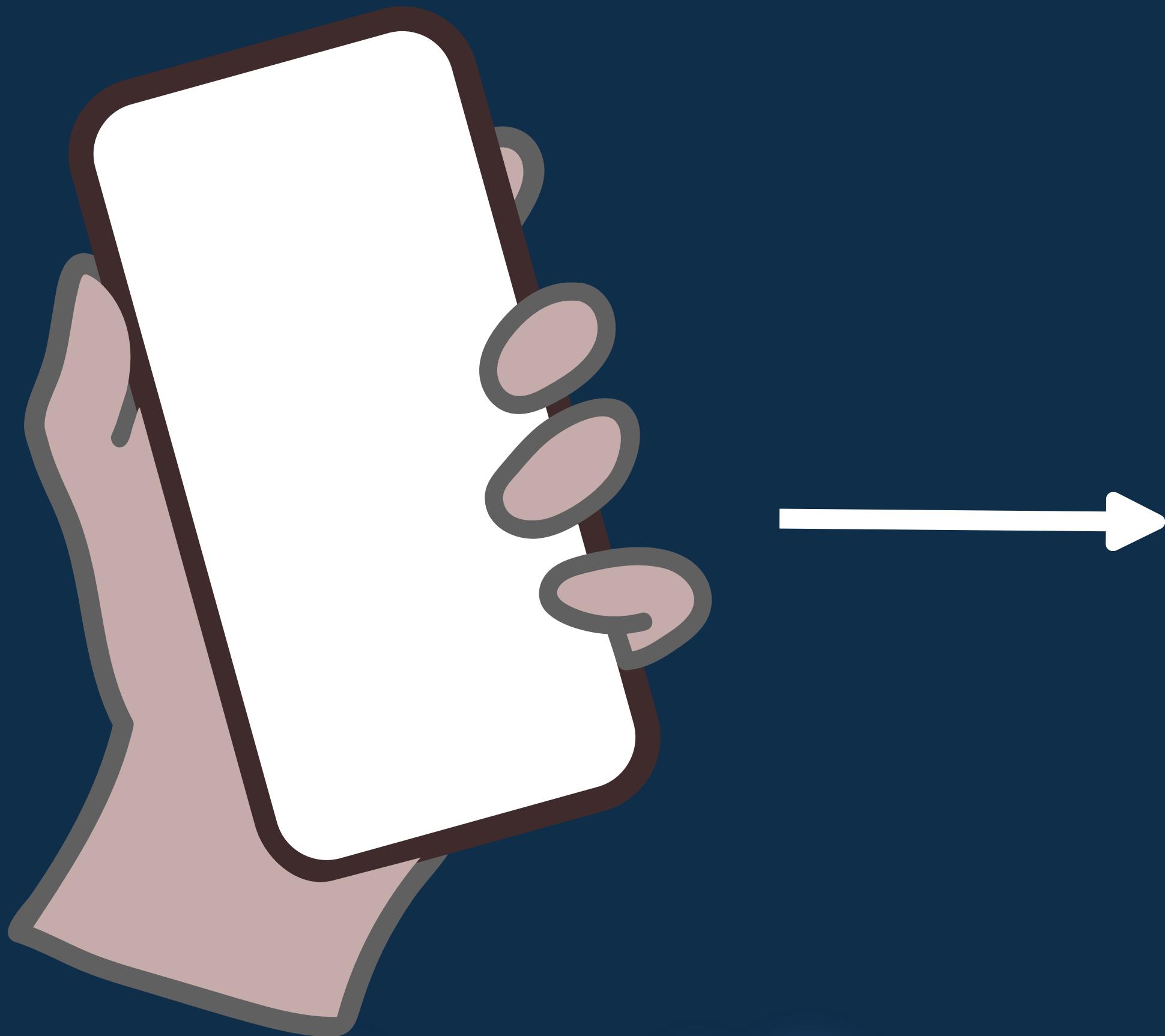
간편하게 # 재미있게 # 똑똑하게

2. 발전 방향성 - 간편하게



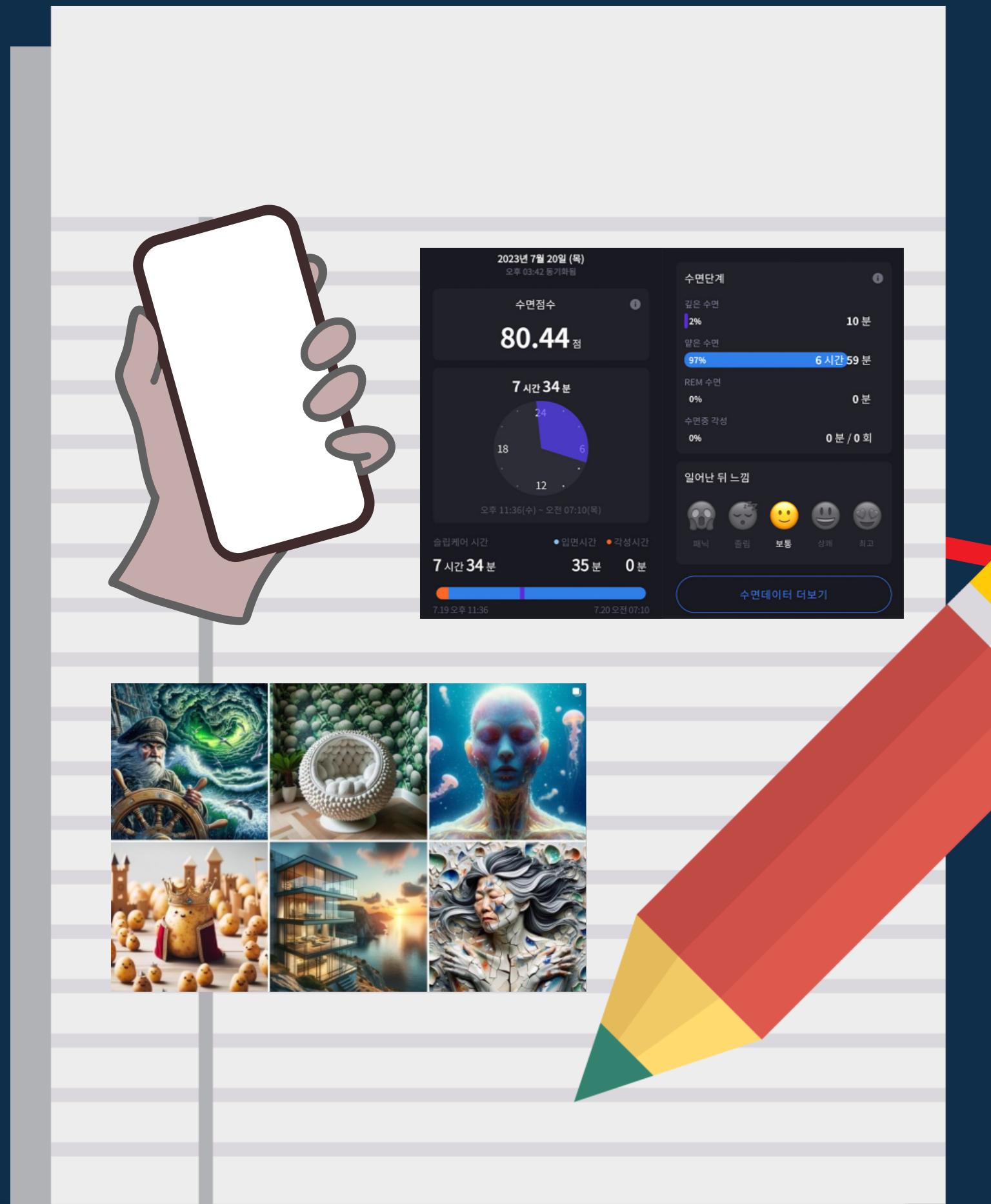
2. 발전 방향성_ 재미있게

사용자 입력 데이터와 brid.zzz API 데이터를 바탕으로 한눈에 보는 나의 수면 이미지



2. 발전 방향성_ 똑똑하게

캘린더에 차곡 차곡 쌓이는 나의 수면 일기



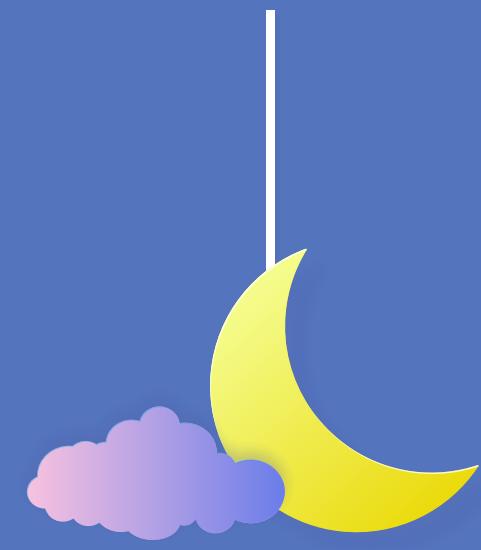
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2. 발전 방향성_ 똑똑하게

저장된 데이터를 기반으로 데이터 분석 후 솔루션 제공



시연

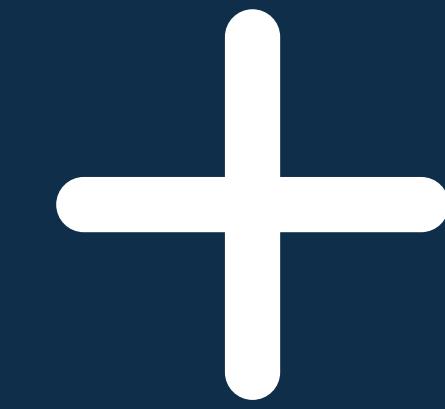


3. 수면 일지 작성

1. 카페인 섭취량
2. 카페인 섭취 시간
3. 운동량
4. 운동시간
5. 수면제
6. 수면제 복용시간

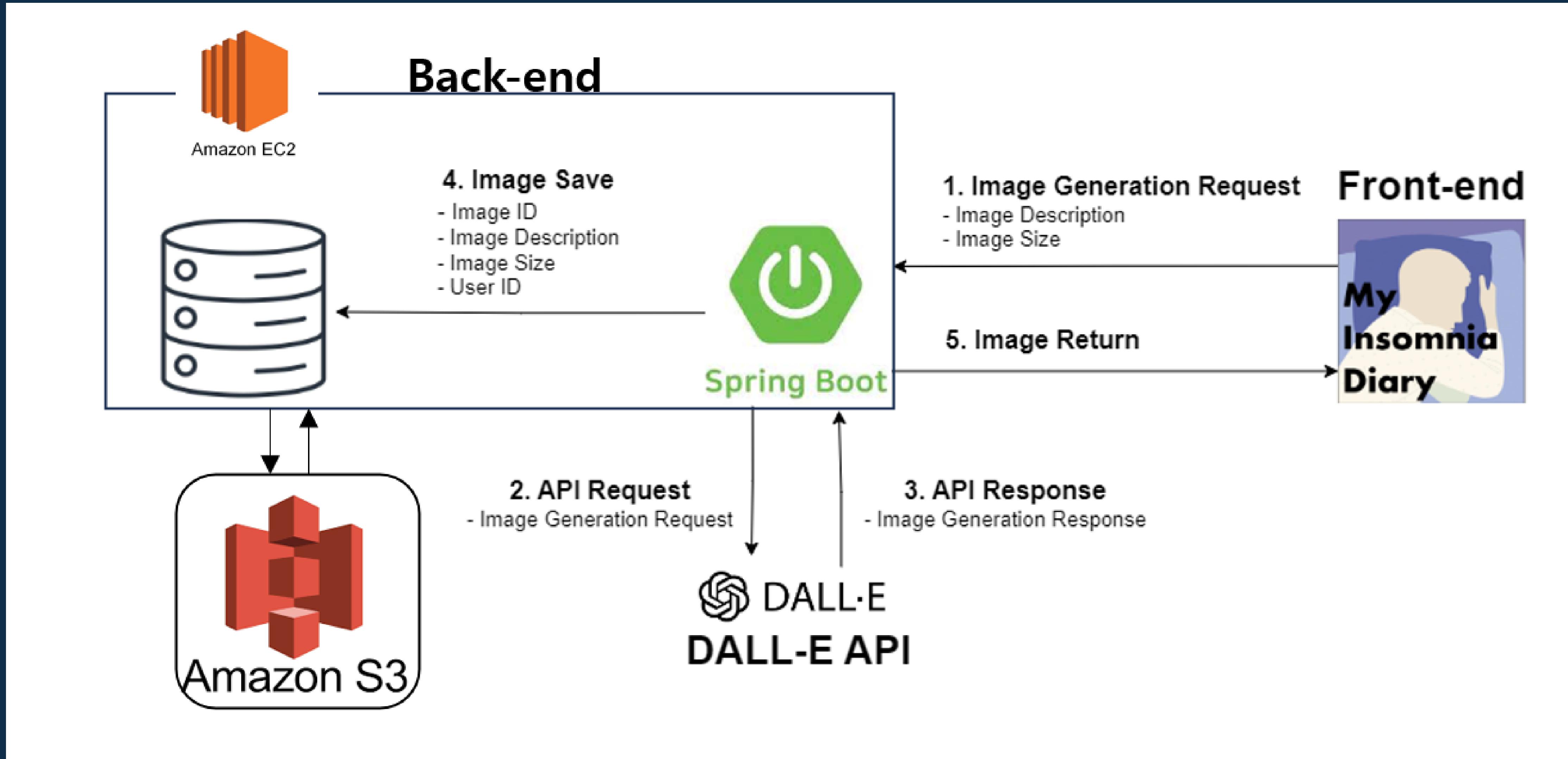


brid.zzz



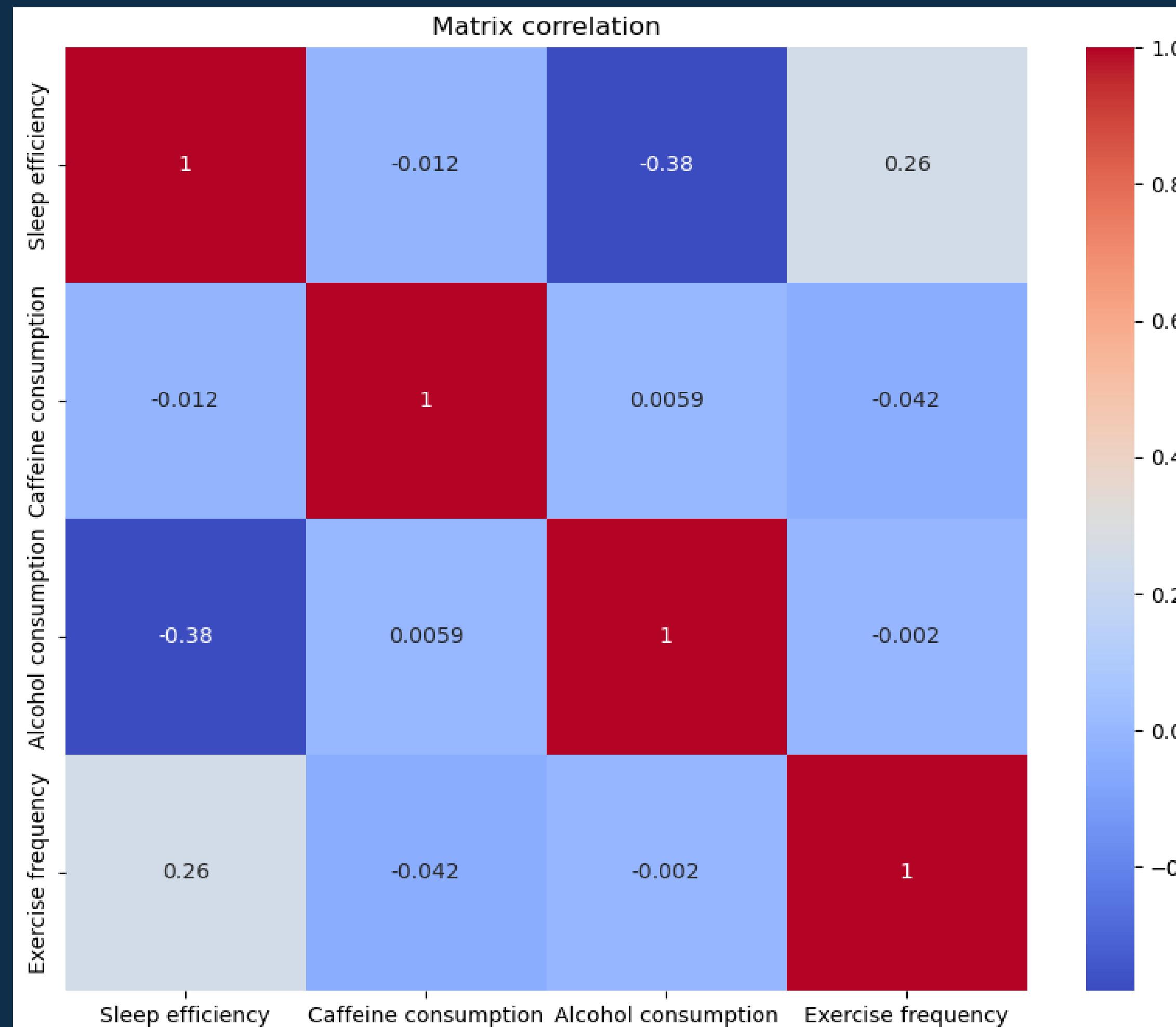
꿈, 혹은 고민

4. 수면 일지 이미지 생성



5. 수면 일지 데이터 분석

5-1. Correlation Analysis



Sleep efficiency <-> Caffeine consumption

-0.012

Sleep efficiency <-> Alcohol consumption

-0.38

Sleep efficiency <-> Exercise frequency

0.26

5. 수면 일지 데이터 분석

Recommendations

데이터 건 수: 0건
최근 데이터:

Caffeine

사용자님은 커피가 수면에 큰 영향이 없어요.

카페인을 일찍 먹는게 수면 개선에 도움이 돼요.

Work out

사용자님은 운동 시간이 수면에 큰 영향이 없어요.

사용자님은 운동 시기가 수면에 큰 영향이 없어요.

Statistics (average)

	Recent	Your Best	Total
Coff Intake	0mg	0.0mg	0.0mg
Coff before Sleep	0H	0.0H	0.0H
Workout total Time	0H	0.0H	0.0H
Workout before Sleep	0H	0.0H	0.0H
Sleep Time	0H	0.0H	0.0H

Updated: 2023-12-07

With LG Brid.zzz

Insomnia Diary



BLOG



YouTube



GitHub