

®



# INSTRUCTIONS D'UTILISATION

# TABLE DES MATIÈRES

## Introduction

<b>À propos de la montre</b>	<b>4</b>
Configuration du dispositif	
Contenu de l'emballage	
Exigences matérielles	<b>5</b>
Chargement de la montre	
Informations complémentaires	<b>6</b>
<b>Comment porter une smartwatch ?</b>	<b>7</b>
<b>Remplacer un bracelet de montre</b>	<b>8</b>

## Applications et fonctions

<b>Installation d'applications</b>	<b>9</b>
<b>Fonctions disponibles dans la Smartwatch</b>	<b>10</b>
Heure, date	
Podomètre	
Compteur de calories	
Distance	
Pouls	<b>11</b>
Pression artérielle	
Saturation	
Mesure de la résistance	<b>12</b>
Mesure de la température	
ECG	
Moniteur de sommeil	<b>13</b>
Notifications	
Modes sportifs	
Chronomètre	<b>14</b>
Recherche de téléphone	
Contrôle de la luminosité	
Contrôle de la musique	<b>15</b>
Changer le thème du cadran	
Éteindre l'appareil	

# TABLE DES MATIÈRES

## Applications et fonctions

<b>Fonctions disponibles dans l'application</b>	<b>16</b>
Historique des mesures	
Mesures de santé	
Mesure de la fatigue	
ECG	<b>17</b>
Température corporelle	
Trouver un appareil	
Contrôle à distance de votre appareil	<b>18</b>
Paramètres de notification	
Réveil	
Mode "Ne pas déranger"	<b>19</b>
Fonction G-Sensor	
Mesure automatique	
Remise à zéro	

## Informations générales

<b>Données techniques</b>	<b>20</b>
<b>Plainte</b>	<b>21</b>
<b>Retourner</b>	<b>22</b>
<b>Exchange</b>	<b>23</b>

---

## Introduction

### À propos de Watchmark WT1

Le brassard est conçu pour mesurer la température corporelle et ambiante. Il fournit une mesure fiable en très peu de temps. La montre mesure également le pouls, la pression artérielle et l'oxygénation, ainsi que l'ECG. La smartwatch vous avertit des appels et des messages entrants. La smartwatch est commandée par un panneau métallique tactile situé sur la partie inférieure de l'enveloppe.

### Configuration de l'appareil

Contenu du paquet



Smartwatch (la couleur et le matériau peuvent varier en fonction de la couleur choisie)



Chargeur (la couleur et le matériau peuvent varier en fonction du modèle choisi)

Bracelet de montre (la couleur et le matériau peuvent varier en fonction de la couleur choisie)

---

## Exigences en matière de matériel

iOS 8.2 et supérieur

Android 4.4 et versions ultérieures

Bluetooth pris en charge : 4.0



Android 4.4+



IOS 8.2+

## Instructions de chargement



Cette smartwatch se recharge par USB. Détachez le bracelet de la smartwatch de l'appareil, puis branchez l'extrémité USB dans le port USB. Une fois la connexion établie, le chargement démarre automatiquement et une icône de chargement apparaît sur l'écran de la smartwatch.

Il faut environ 2 heures pour charger complètement la batterie. N'utilisez pas la montre pendant qu'elle se recharge.

---

## Informations complémentaires

Veillez lire attentivement l'intégralité du manuel d'utilisation avant d'utiliser l'appareil. Il est recommandé d'utiliser uniquement la batterie, le chargeur et les accessoires d'origine qui sont inclus dans le kit reçu avec l'appareil.

Ni le fabricant ni le distributeur ne sont responsables de l'utilisation d'accessoires tiers.

Les fonctions présentées dans ce manuel peuvent varier selon les modèles, car il s'agit d'une description générale des smartwatches. Certains modèles peuvent s'écarter de la norme.

Avant d'utiliser l'appareil pour la première fois, chargez-le pendant au moins 2 heures. Avant d'utiliser l'appareil, vous devez télécharger et installer l'application et accepter tous les consentements que la smartwatch vous demande. Si cela n'est pas fait complètement, toutes les fonctionnalités de l'appareil ne seront pas disponibles. La smartwatch ne demandera l'accès qu'aux fonctions qui sont nécessaires à son bon fonctionnement.

La société se réserve le droit de modifier le contenu de ce manuel.

---

## **Comment porter une smartwatch ?**

Le bracelet de ce modèle de montre a une largeur de 17 mm. Il est interchangeable et des sangles supplémentaires peuvent être achetées dans une couleur ou un matériau différent.

### **Porter une montre**

Lorsque vous ne faites pas d'exercice, portez la smartwatch comme une montre ordinaire, c'est-à-dire un doigt au-dessus de l'os du poignet.

Pour profiter pleinement de la fonction de surveillance de la fréquence cardiaque pendant l'exercice, essayez de porter l'appareil au-dessus de votre poignet (2 doigts au-dessus de l'os du poignet) pour améliorer le confort et la stabilité. De nombreux exercices, comme le cyclisme ou l'haltérophilie, peuvent entraîner une modification du positionnement de la smartwatch, par exemple en pliant le poignet. Si la montre est placée plus bas sur l'os du poignet, les mesures peuvent être intermittentes, il est donc important de la placer correctement.

---

## **Remplacement de la courroie**

Fixez le bracelet d'origine à la montre avant de l'utiliser.  
Soyez prudent lors de cette opération.

### **Port de la ceinture**

Insérez l'extrémité du bracelet dans les parties en plastique de l'enveloppe de la montre et serrez.

### **Retrait de la ceinture**

Saisissez l'enveloppe et le bracelet de la smartwatch. Tirez fermement sur le bracelet pour le détacher.

---

## Applications et fonctions

### Installation d'applications

L'application pour le modèle de smartwatch WT1 est "WearFit 2.0". L'application doit être téléchargée à partir de Google Play / App Store ou via le code QR ci-dessous.



Google Play



App Store

Une fois l'application installée, activez le Bluetooth sur votre téléphone et accédez à l'application. Créez un compte ou entrez directement dans l'application (en haut à droite). Autoriser l'accès. Pour que l'application fonctionne correctement, vous devez accorder toutes les autorisations demandées par l'application. Pour accorder des autorisations à l'application, suivez les instructions affichées dans l'application. Pour connecter la montre, cliquez dans le coin inférieur : "Moi", "Gestion des appels" et "Connecter le bracelet". Votre téléphone recherchera des appareils et vous devrez sélectionner le modèle approprié (T1S).

---

## Fonctionnalités disponibles sur la Smartwatch

- **Heure, date, jour de la semaine**

L'écran affiche l'heure, la date et le jour de la semaine. Les données sont affichées sur l'écran principal de la montre.

- **Podomètre**

Compte les pas effectués un jour donné (les données sont remises à zéro chaque jour à partir de 00:00). Le nombre de pas effectués est visible dans le premier onglet.

- **Compteur de calories\***

Calcule le nombre de calories brûlées au cours d'une journée donnée. Les données sur les calories brûlées sont visibles dans le deuxième onglet.

- **Distance parcourue**

Informations sur la distance parcourue au cours de la journée. Les données sur la distance parcourue se trouvent dans le troisième onglet.

---

## Fonctionnalités disponibles sur la Smartwatch

- **Pouls\***

Fréquence cardiaque, ou pouls : il s'agit du nombre de battements du muscle cardiaque par minute. La norme admise se situe entre 60 et 100 battements par minute. Lorsque le pouls est élevé, on parle de tachycardie, tandis que lorsqu'il est réduit, on parle de bradycardie. Ces deux états peuvent être dangereux pour la santé. Dans la montre, la fonction de mesure du pouls se trouve dans le quatrième onglet sous le nom BPM. Pour prendre une mesure, il suffit d'appuyer longuement sur le pavé tactile.

- **Pression artérielle\***

La pression artérielle est la force avec laquelle le sang pousse contre les parois des artères pendant la contraction et la diastole du muscle cardiaque. La norme acceptée pour la pression systolique est de 120 mm Hg, tandis que pour la pression diastolique, elle est de 80 mm Hg. Sur la montre, la fonction de mesure de la pression artérielle se trouve dans l'onglet Vendredi sous le nom MMHG. Pour prendre une mesure, appuyez longuement sur le pavé tactile.

- **Saturation\***

Cette fonction indique le niveau d'oxygénation du sang. En règle générale, le résultat doit se situer entre 95 et 100 %. Lorsque le niveau d'oxygénation baisse, cela peut être dangereux pour la santé. Sur la montre, la fonction de mesure de la saturation se trouve dans le sixième onglet sous le nom SPO2. Pour effectuer une mesure, il suffit d'appuyer longuement sur le pavé tactile.

---

## Fonctionnalités disponibles sur la Smartwatch

- **Mesure de l'immunité (valeur immunologique)\***

Cette mesure est une évaluation des mécanismes de défense du système immunitaire. Plus la valeur est élevée, plus l'immunité de l'organisme est importante. Dans la montre, la fonction de mesure de l'immunité se trouve dans le septième onglet sous le nom de référence immunitaire. Pour effectuer la mesure, il suffit d'appuyer longuement sur le pavé tactile.

- **Mesure de la température\***

Cette fonction permet de mesurer la température corporelle actuelle. La température corporelle normale d'un adulte est considérée comme étant de 36,6 degrés Celsius. Lorsque la température atteint 38 degrés, on parle de fièvre. La température est mesurée en continu. Sur la montre, les informations relatives à la valeur de la température se trouvent dans le huitième onglet. Pour vérifier la température ambiante, vous devez changer le cadran de l'horloge. Voir page 15 pour plus d'informations à ce sujet.

- **ECG\***

L'électrocardiogramme examine l'activité électrique du cœur. Il permet de détecter de nombreuses maladies cardiovasculaires. Pendant la mesure, tenez la plaque métallique sur le côté de la montre. Les électrodes de la montre doivent être complètement contre la peau. Sur la montre, la fonction de mesure de l'ECG se trouve dans le neuvième onglet sous le nom ECG. Pour prendre une mesure, appuyez longuement sur le pavé tactile. Pour terminer, appuyez à nouveau sur le panneau tactile long. Le résultat s'affiche dans l'application.

---

## Fonctionnalités disponibles sur la Smartwatch

- **Moniteur de sommeil\***

Une fonction qui permet d'analyser le sommeil d'une personne. La montre indique le nombre d'heures de sommeil et les phases du sommeil, dans lesquelles on distingue le sommeil superficiel et le sommeil profond.

Sur la montre, les informations sur le sommeil se trouvent dans le dixième onglet.

- **Notifications/messages**

Une fois que la montre a été connectée au téléphone via l'application et que les autorisations nécessaires ont été accordées, les notifications de messages entrants et de réseaux sociaux s'affichent sur la montre. Pour que les notifications s'affichent, vous devez activer cette fonction dans les paramètres de l'appli. Pour afficher toutes les notifications, allez dans le onzième onglet et appuyez longuement sur le pavé tactile.

- **Modes sportifs**

Les 5 modes sportifs de la montre vous permettent de contrôler vos objectifs d'entraînement en surveillant les pas, la fréquence cardiaque, les calories et la distance. Les données d'entraînement sont disponibles dans l'application après synchronisation. Modes sportifs disponibles : course à pied, cyclisme, escalade, basket-ball, football. Sur la montre, pour activer le mode sport, allez dans le douzième onglet et appuyez longuement sur l'écran tactile.

\*Ne prenez pas de décisions en matière de santé en vous basant uniquement sur les résultats de la smartwatch. Pour que les mesures soient précises, les utilisateurs doivent mesurer les fonctions de santé au repos, comme ils le feraient avec des dispositifs médicaux traditionnels, et s'abstenir de mesurer pendant l'exercice, le tabagisme ou la consommation d'alcool. La smartwatch n'est pas un dispositif médical et les résultats des mesures ne sont donnés qu'à titre indicatif.

---

## Fonctionnalités disponibles sur la Smartwatch

- **Chronomètre**

Fonction permettant de vérifier et de mesurer de courtes durées. Sur la montre, la fonction chronomètre se trouve dans le treizième onglet. Pour activer la fonction, appuyez longuement sur l'écran tactile et sélectionnez "Chronomètre".

- **Trouver votre téléphone**

Fonction permettant de retrouver son téléphone. Lorsque la fonction est activée, le téléphone commence à émettre des bips. Sur la montre, la fonction Trouver le téléphone se trouve dans le treizième onglet. Pour activer la fonction, appuyez longuement sur l'écran tactile et sélectionnez "Trouver". Pour la désactiver, appuyez à nouveau longuement sur l'écran tactile.

- **Réglage de la luminosité du rétroéclairage en 4 étapes**

Le réglage de la luminosité en quatre étapes permet de protéger vos yeux d'un écran trop lumineux la nuit et d'économiser la batterie de la montre. Sur la montre, la fonction de réglage de la luminosité se trouve dans le treizième onglet. Pour régler la luminosité, appuyez longuement sur le pavé tactile et sélectionnez "Luminosité". Pour confirmer la sélection, appuyez de nouveau longuement sur le pavé tactile.

---

## **Fonctionnalités disponibles sur la Smartwatch**

- **Contrôle de la musique**

Lorsque vous connectez votre montre à votre téléphone via l'application et que vous activez la musique sur votre téléphone, vous pouvez mettre la musique en pause et la reprendre, ainsi que revenir en arrière et rembobiner les chansons. Pour contrôler la musique, activez-la sur votre téléphone, puis accédez à la fonction Musique. Vous trouverez cette fonction dans le treizième onglet. Pour contrôler la musique, appuyez longuement sur l'écran tactile et sélectionnez "Musique". En appuyant brièvement sur l'écran tactile, vous pouvez passer d'une option à l'autre : pause/reprise de la musique, retour en arrière, avance rapide et sortie du mode musique. Pour confirmer les options, appuyez longuement sur l'écran tactile.

- **Changer le thème du cadran**

Plusieurs cadrans sont disponibles sur la montre. Pour changer de cadran, appuyez longuement sur l'écran tactile (environ 4 secondes). Pour changer de cadran, appuyez brièvement sur l'écran tactile. Pour sélectionner un cadran, appuyez longuement sur l'écran tactile. REMARQUE : Un cadran qui mesure et affiche la température ambiante réduit considérablement la durée de vie de la batterie.

- **Éteindre l'appareil**

Pour éteindre l'appareil, allez dans le treizième onglet et appuyez longuement sur l'écran tactile. Sélectionnez la fonction "Arrêt" et appuyez à nouveau longuement sur l'écran tactile. L'appareil s'éteint.

---

## Fonctions disponibles dans une application dédiée

- **Historique des mesures**

Dans l'application, vous trouverez l'historique des mesures prises par la montre. Pour consulter l'historique, sélectionnez "Main" dans l'appli, puis cliquez sur le paramètre qui vous intéresse. Vous pouvez analyser l'évolution des résultats au cours d'une journée, d'une semaine ou d'un mois.

- **Mesure du pouls, de la pression artérielle, de la saturation et de la résistance\***

Vous pouvez également effectuer ces mesures à l'aide de l'application. Pour cela, accédez à l'application et sélectionnez "Main", "Pulse/Blood Pressure/Saturation/Resistance", puis "Single measurement".

- **Mesure de la fatigue\***

Vous pouvez également mesurer la fatigue à partir de l'application. La mesure dure 20 secondes. Le score va de 0 à 120, plus le score est élevé, plus la fatigue est importante. Pour effectuer une mesure à l'aide de l'application, accédez à l'application et sélectionnez "Main", "Fatigue", puis "Single measurement".

\*Ne prenez pas de décisions en matière de santé en vous basant uniquement sur les résultats de la smartwatch. Pour que les mesures soient exactes, les utilisateurs doivent mesurer les fonctions de santé au repos comme ils le feraient avec des appareils médicaux traditionnels et s'abstenir de prendre des mesures pendant l'exercice, le tabagisme ou la consommation d'alcool. La smartwatch n'est pas un appareil médical et les résultats des mesures ne sont donnés qu'à titre indicatif.

---

## Fonctions disponibles dans une application dédiée

- **ECG\***

Pour effectuer une mesure à l'aide de l'application, accédez à l'application et sélectionnez "Main", "Fatigue", puis "Click to start measurement" (cliquez pour commencer la mesure). Le résultat s'affiche dans l'application. Pour télécharger ou partager le résultat de la mesure, sélectionnez l'icône dans le coin supérieur droit.

- **Température corporelle**

L'appareil mesure en permanence la température. Pour voir le résultat actuel et l'historique des mesures, accédez à l'application et sélectionnez "Main" puis "Body temperature". Pour télécharger ou partager le résultat de la mesure, sélectionnez l'icône en haut à droite.

- **Trouver votre appareil**

Pour trouver votre appareil, allez dans "Moi" dans l'application, puis "Gestion de l'appareil" et sélectionnez "Recherche de bracelet". La montre se met à vibrer.

- **Secouer pour prendre une photo**

La smartwatch peut agir comme un obturateur d'appareil photo à distance sur votre téléphone. Pour prendre une photo, allez dans "Moi" dans l'application, puis dans "Gestion des appareils" et sélectionnez "Photo". Secouez ensuite votre main pour prendre une photo.

---

## Fonctions disponibles dans une application dédiée

- **Notifications d'appels et de messages**

Depuis la smartwatch, vous pouvez activer les notifications d'appels et de messages. La montre vibre lorsqu'un appel ou un message arrive sur votre téléphone. Pour activer ces fonctions, allez dans "Moi", puis "Gestion de l'appareil" et sélectionnez "Notifications".

- **Notifications à partir d'applications**

Depuis la smartwatch, vous pouvez activer les applications dont vous souhaitez recevoir des notifications. Les notifications peuvent provenir de : QQ, WeChat, Facebook, WhatsApp, Twitter. Pour activer cette fonction, allez dans "Moi", puis dans "Gestion de l'appareil" et sélectionnez "Notifications".

- **Réveil**

Vous pouvez programmer un réveil dans l'application pour vous aider à vous réveiller à l'heure. Pour activer cette fonction, allez dans "Moi", puis "Gestion de l'appareil" et sélectionnez "Réveil".

- **Mode "Ne pas déranger"**

Dans ce mode, aucune notification ne sera reçue par la smartwatch. Pour activer cette fonction, sélectionnez "Moi", puis "Gestion de l'appareil" et "Définir des heures sans notifications".

---

## Fonctions disponibles dans une application dédiée

- **Fonction G-Sensor**

Pour activer la fonction d'activation de l'écran de la montre par un mouvement de la main, sélectionnez "Moi" dans l'appli, puis "Gestion de l'appareil" et "Écran tactile".

- **Suivi automatique des fonctions de santé toutes les heures**

Pour effectuer des mesures automatiques sans notre intervention, activer la fonction de mesures automatiques. Pour activer cette fonction, sélectionnez "Moi", puis "Gestion de l'appareil" et "Mesure toutes les heures".

- **Réinitialisation des paramètres d'usine**

La réinitialisation des paramètres d'usine permet de réinitialiser la montre et d'effacer toutes les données et tous les paramètres. Pour réinitialiser la montre, sélectionnez "Moi", puis "Réglages" et "Réinitialiser le bracelet".

---

# Informations générales

## Données techniques

### Résistance à l'eau IP67

Permet d'utiliser la montre en se lavant les mains ou par temps de pluie.

### Processeur MTK2502

Haute performance et précision des mesures.

### Batterie de 90 mAh

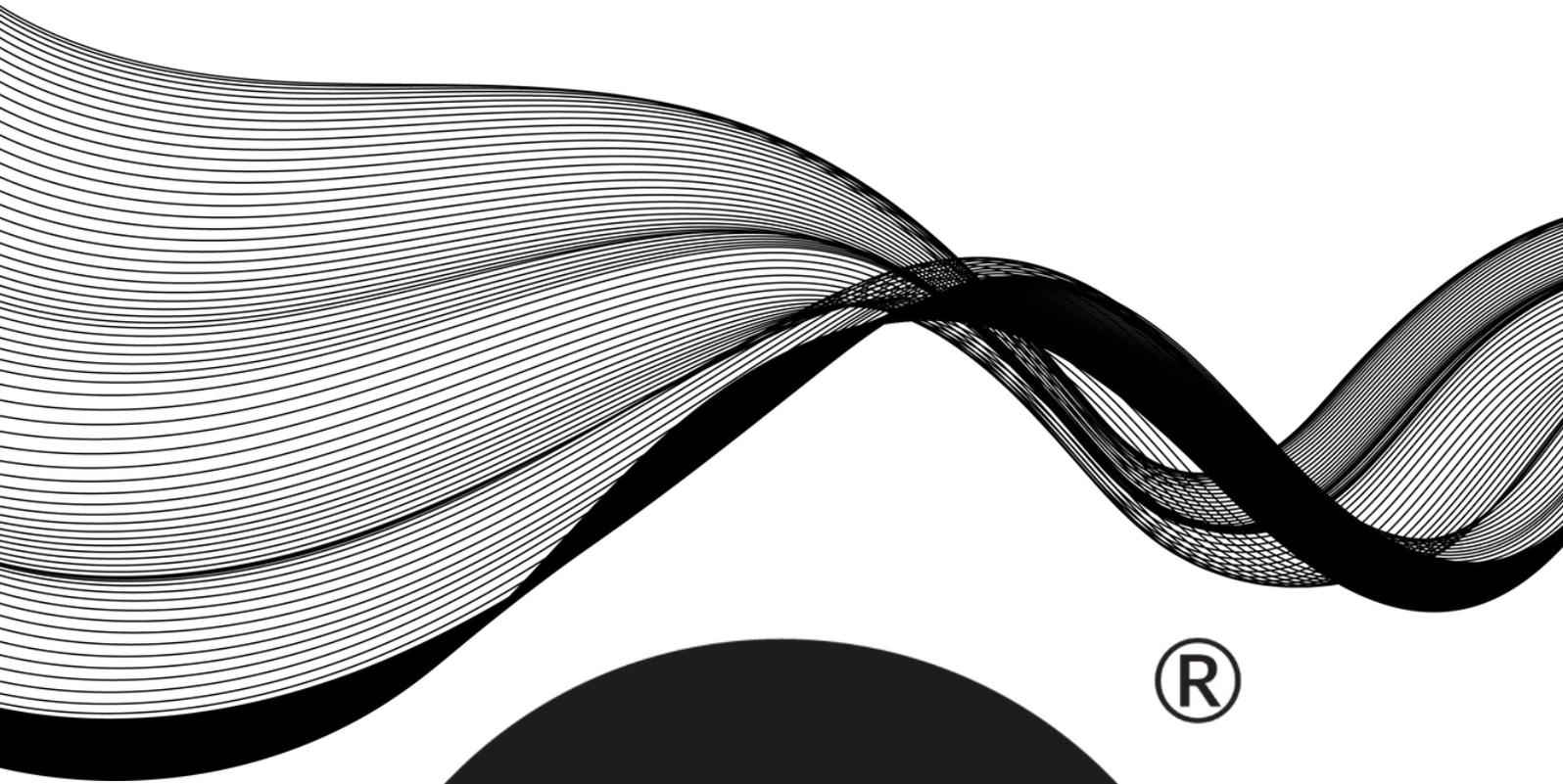
Batterie lithium-polymère de pointe.

### Design sportif

Matériaux durables et sangle en silicone pour un nettoyage facile.



\*\*La norme IP67 autorise une température de l'eau comprise entre +10 et +35 degrés Celsius et une immersion jusqu'à une profondeur de 1 m pendant 30 minutes. La montre ne peut pas être utilisée dans les bains chauds ou les saunas car elle n'est pas résistante à la vapeur. Elle n'est pas conçue pour la natation, mais pour vous aider à prendre soin de votre santé.



®

WATCHMARK

