

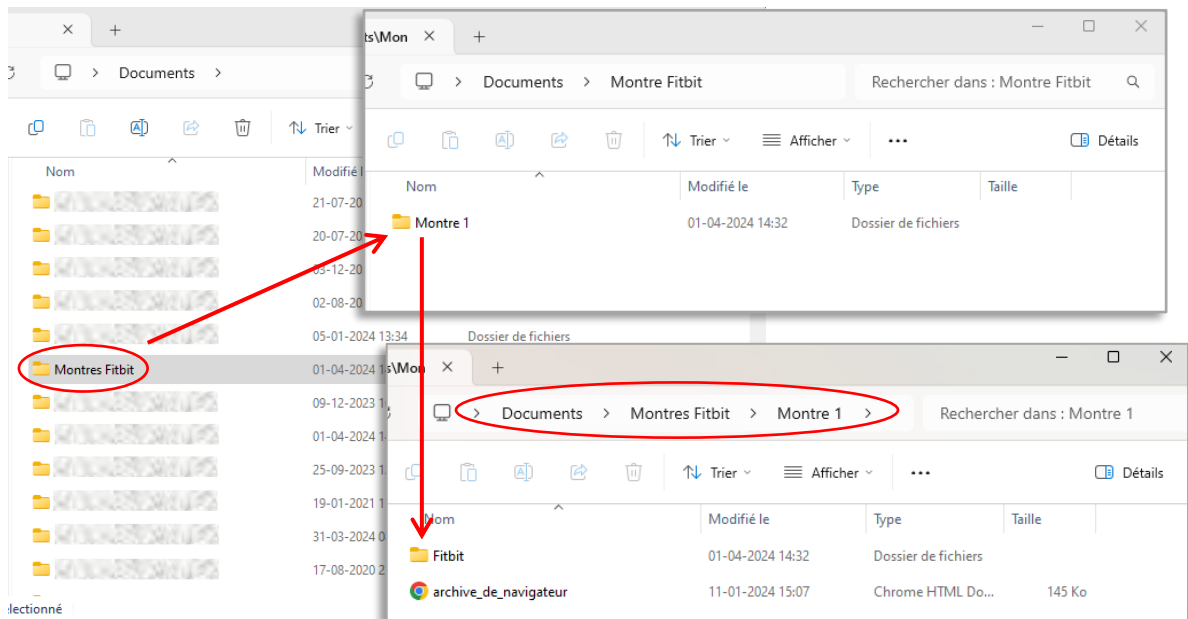
Mode d'emploi pour *Fitbit Data Wizard*



Fitbit Data Wizard est une application pour formater quelques métriques d'une montre Fitbit. Il suffit d'exporter les données d'une Fitbit sur votre ordinateur personnel à partir de leur site web pour utiliser l'application.

1. Préparer vos fichiers

Fitbit Data Wizard nécessite que vous exportiez vous-mêmes les données de votre montre Fitbit à partir de leur site web. Il faut que votre compte soit un compte Google. L'application utilisera seulement le dossier « Global Export Data », qui est dans le dossier exporté « Fitbit ». Une fois les données exportées, vous devez mettre votre montre dans un dossier. Il est possible d'utiliser l'application pour plusieurs montres à la fois, tant que toutes les montres sont dans le même dossier.

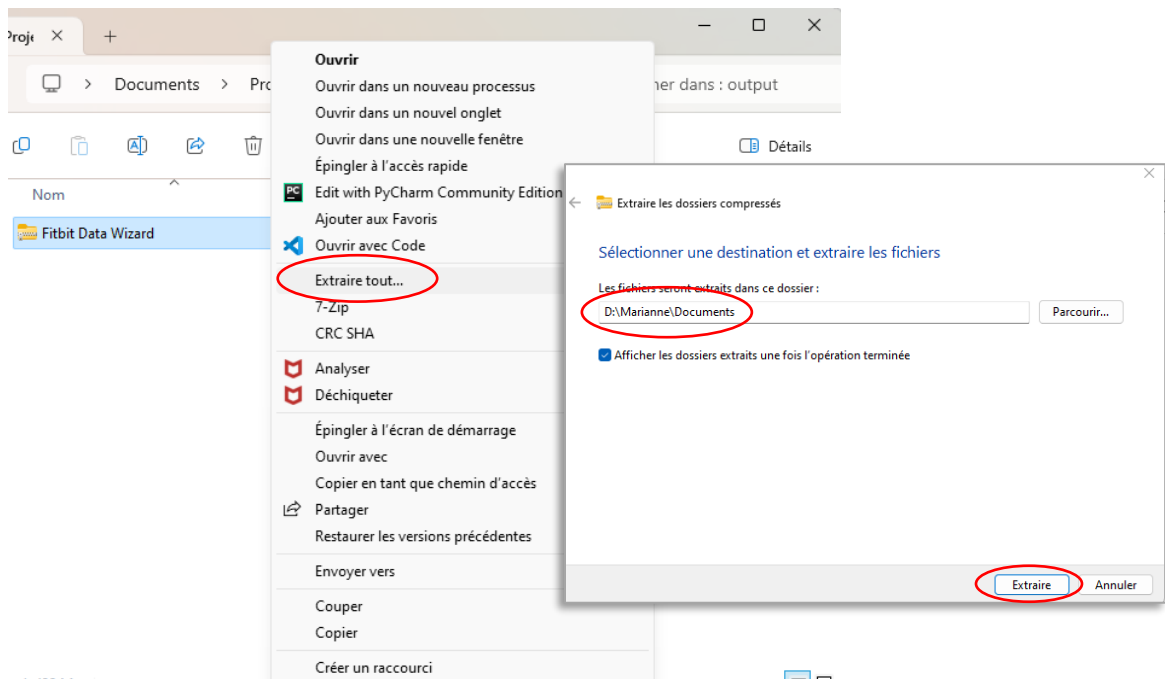


Pour extraire les données de « Montre 1 », on doit l'ajouter dans le dossier « Montre Fitbit ». Dans « Montre 1 », on a les données exportées TELLES QUELLES.

Le nom des dossiers n'influencera pas le fonctionnement de l'application, sauf ceux provenant de l'exportation (le dossier « Fitbit »). Pour le reste, vous pouvez leur donner le nom que vous voulez.

2. Ouvrir l'application

L'application est téléchargée dans un dossier compressé. La première étape est de décompresser le dossier. Pour ce faire, il suffit de cliquer droit sur le dossier, cliquer sur « Extraire tout », retirer les mots « \Fitbit Data Wizard » du répertoire et cliquer sur « Extraire ». L'opération prendra quelques minutes

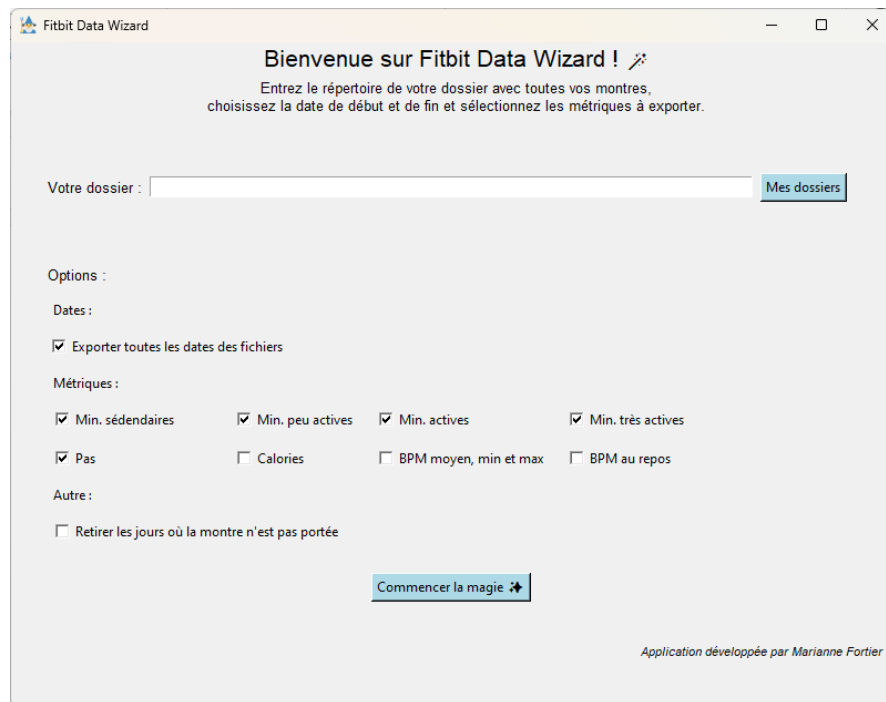


Extraire l'application.

Vous pouvez supprimer le dossier compressé. Pour ouvrir l'application, il suffit d'aller dans le dossier « Fitbit Data Wizard » et cliquer sur le petit magicien.

3. Utiliser l'application

L'application ressemble à ceci :



The screenshot shows a web application window titled "Fitbit Data Wizard". The main heading is "Bienvenue sur Fitbit Data Wizard !" with a small icon. Below it, a subtitle reads: "Entrez le répertoire de votre dossier avec toutes vos montres, choisissez la date de début et de fin et sélectionnez les métriques à exporter." The form includes a text input field labeled "Votre dossier :" with a "Mes dossiers" button to its right. Under the "Options :" section, there is a "Dates :" subsection with a checked checkbox "Exporter toutes les dates des fichiers". The "Métriques :" subsection has four checked checkboxes: "Min. sédentaires", "Min. peu actives", "Min. actives", and "Min. très actives". Below these are four unchecked checkboxes: "Pas", "Calories", "BPM moyen, min et max", and "BPM au repos". An "Autre :" subsection has an unchecked checkbox "Retirer les jours où la montre n'est pas portée". At the bottom center is a "Commencer la magie ✨" button. The footer text on the right says "Application développée par Marianne Fortier".

L'application.

Vous devez commencer par sélectionner votre dossier avec toutes les montres pour lesquelles vous voulez formater les données. Cliquez sur « Mes dossiers » et sélectionnez votre dossier. Dans notre exemple (voir les photos plus haut), on sélectionnerait « Montres Fitbit ».

Vous pouvez ensuite choisir les dates pour lesquelles vous voulez vos données. Par défaut, toutes les dates seront exportées. En décochant « Exporter toutes les dates des fichiers », vous pouvez choisir une période. Par la suite, vous pouvez ajouter ou retirer les métriques qui vous intéressent. Par défaut, le nombre de pas ainsi que le nombre de minutes sédentaires, peu actives, actives et très actives seront exportées. Finalement, il est possible d'exporter seulement les jours où la montre a été portée en cochant « Retirer les jours où la montre n'est pas portée ». Pour faire l'exportation, cliquez sur « Commencer la magie ».

Bienvenue sur Fitbit Data Wizard ! ✨

Entrez le répertoire de votre dossier avec toutes vos montres, choisissez la date de début et de fin et sélectionnez les métriques à exporter.

Votre dossier : D:/Marianne/Documents/Montres Fitbit Mes dossiers

Options :

Dates :

☐ Exporter toutes les dates des fichiers

Date de début : 11/1/23 Date de fin : 11/30/23

Métriques :

☒ Min. sédentaires ☒ Min. peu actives ☒ Min. actives ☒ Min. très actives

☒ Pas ☐ Calories ☐ BPM moyen, min et max ☐ BPM au repos

Autre :

☐ Retirer les jours où la montre n'est pas portée

Commencer la magie ✨

Application développée par Marianne Fortier

Exemple : Formater les données des montres dans « Montres Fitbit » pour le mois de novembre 2023.

Durant l'extraction des données, une fenêtre indiquera les progrès. L'extraction devrait se faire rapidement et un message indiquera où se situe vos résultats. Ils sont au même endroit que vos montres.

Fitbit Data Wizard

Progression :

L'extraction de Montre 1 est terminée.

SUCCÈS!

L'extraction s'est terminée en 00 h 00 min 01 sec.
Vos fichiers se trouvent dans D:/Marianne/Documents/Montres Fitbit

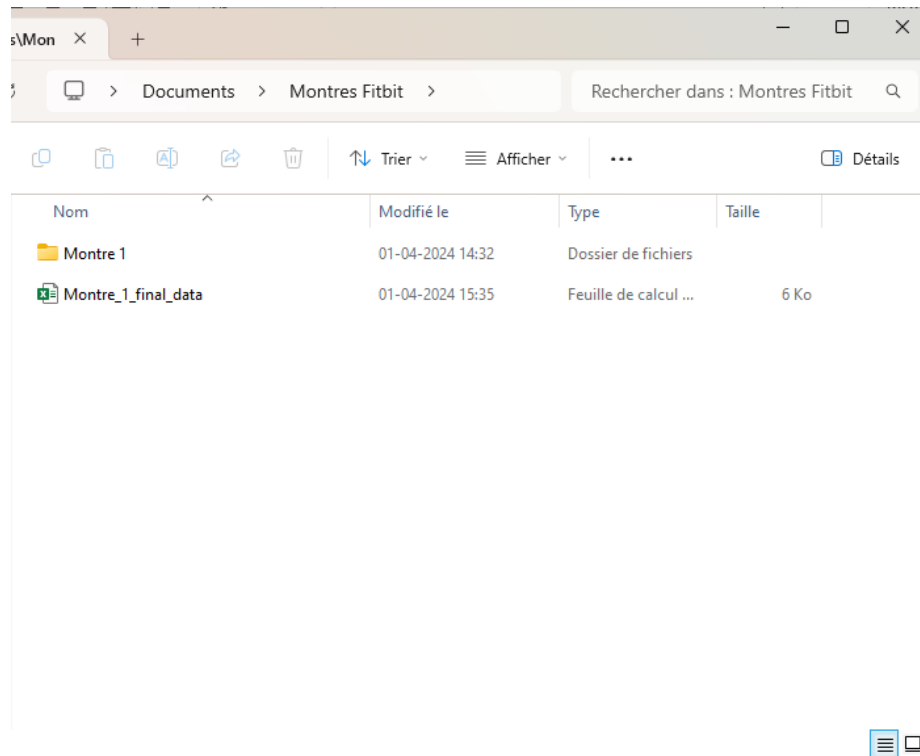
OK

Fenêtre de progrès de l'extraction.

Pour fermer la fenêtre de progrès, simplement cliquer sur « OK ». Vous pouvez ensuite faire une autre extraction ou fermer l'application avec le X rouge (comme vous le feriez pour n'importe quelle fenêtre).

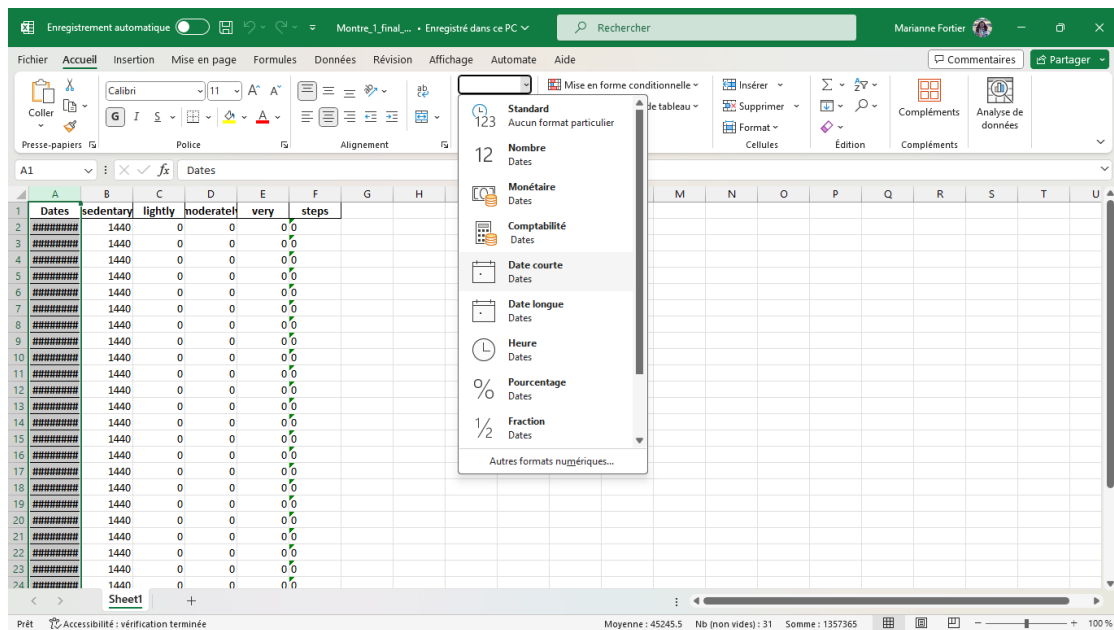
4. Voir les résultats

Un fichier Excel par montre sera créé avec les résultats.



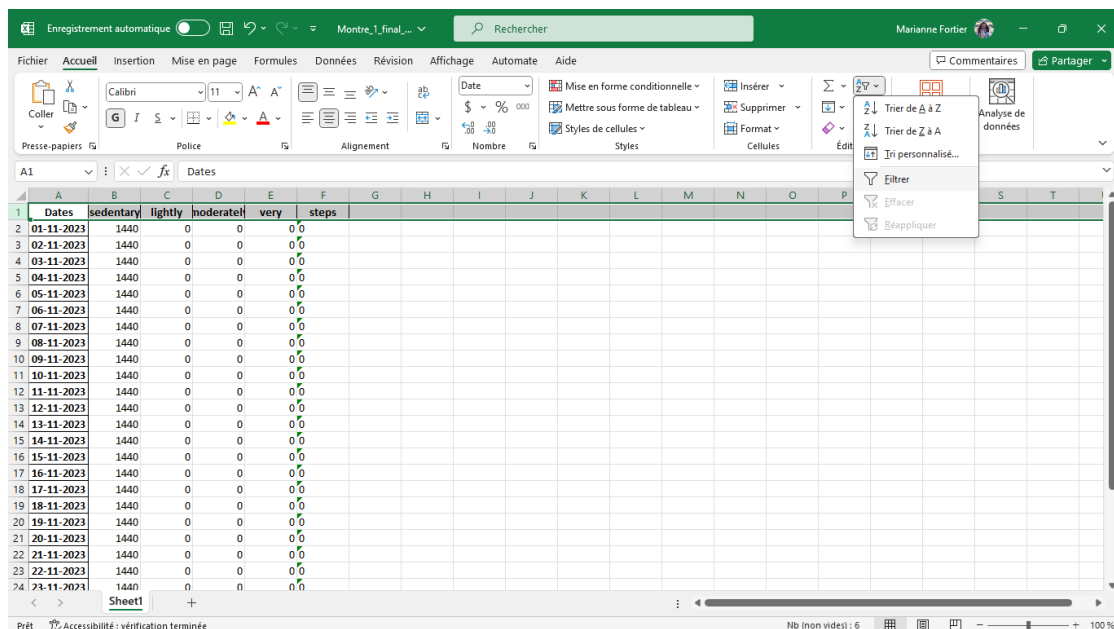
Le fichier avec les résultats est « Montre_1_final_data.xlsx ».

Une fois le fichier ouvert dans Excel, vous devrez sélectionner la première colonne « Dates » et changer le type de données pour « Date courte ».



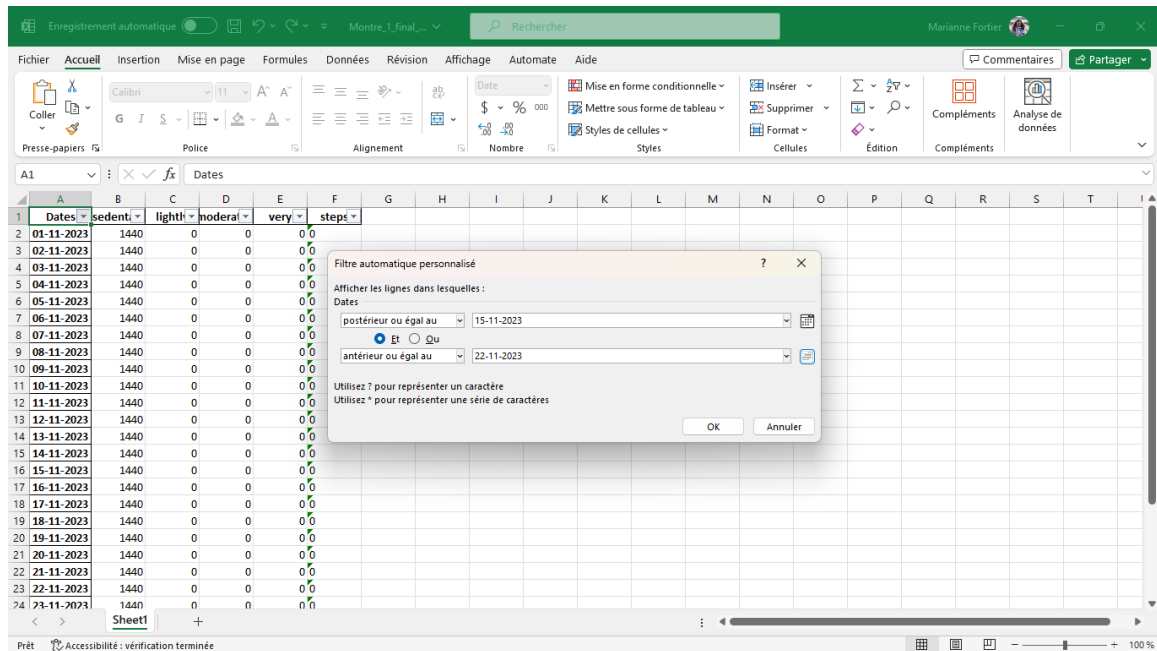
Sélectionner le bon format pour les dates. Si vous avez seulement exporté les jours où la montre a été portée, vous ne devriez pas avoir beaucoup de « 0 » dans le fichier.

Il est ensuite possible d'appliquer des filtres aux colonnes pour choisir une période précise si vous le désirez. Après avoir sélectionné la première colonne, cliquez sur « Filtrer ». Une petite flèche va apparaître à côté des titres de colonnes.



Ajouter un filtre aux colonnes.

En cliquant sur une flèche, vous pouvez maintenant filtrer les données que vous voulez voir, en sélectionnant des dates par exemple. Pour ce faire, cliquez sur la petite flèche à côté de « Dates », « Filtres chronologique » et « Entre ... ». Une nouvelle fenêtre va s'ouvrir pour sélectionner les dates. Vous pouvez choisir votre période avec les petits calendriers et « OK ».



Appliquer un filtre chronologique « Entre » aux données.

Pour retirer le filtre, simplement cliquer sur la flèche à côté de « Dates » et « Effacer le filtre de « Dates » ».

Pour un exemple concret de l'utilisation de l'application, on vous invite à regarder la vidéo explicative « Mode_d'emploi_Fitbit_Data_Wizard.mp4 ».

Pour toutes questions, vous pouvez m'écrire au marianne.fortier@gmail.com.