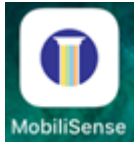




11. iPhone (Application MobiliSense)

Suivi ambulatoire de la tension artérielle

MobiliSense



L'application MobiliSense sur l'iPhone permet d'obtenir des informations qui accompagnent les mesures sanitaires et environnementales prise par les autres capteurs.

Code PIN : _____

Consigne d'utilisation :

Chaque matin et chaque soir :

Ouvrez l'application MobiliSense sur l'iPhone après avoir pris **3 mesures** satisfaisantes avec le **8. Tension-domicile**, et appuyez sur « **MESURE DE LA TENSION** » (Jours 2,4,5,6) ou le **9. Respiratoire-domicile**, et appuyez sur « **MESURE DU SOUFFLE** » « **matin** » ou sur « **soir** » (Jours 1à3)

En journée :

Portez l'appareil chaque jour, **du lever au coucher**. Emmenez-le partout avec vous, spécialement pendant vos déplacements.

Répondez à des questionnaires ou renseignez des informations (voir pages suivantes).

Le soir :

A partir de 20h30, répondez à des questions sur certains déplacements de la journée écoulée.

Rechargez l'iPhone tous les soirs.

Jours 1 et 3 : Déclarer la consommation de NOURRITURE :

Cliquez sur « Déclarez » à droite de « Nourriture ».

Indiquez l'heure à laquelle vous consommez toute nourriture : repas, consommation de nourriture ou grignotage, etc. (l'heure et la date peuvent être modifiées ultérieurement).

Indiquez aussi la quantité consommée.

Two screenshots of the 'Nourriture' (Food) declaration screen. The left screenshot shows the initial form with fields for 'A quelle heure précise avez-vous consommé ce repas ou cette nourriture ?' (Indiquez l'heure: 14:32, Indiquez la date: 3 mai 2018) and 'Quelle quantité de nourriture avez-vous consommé ?' (L'équivalent d'un : en-cas ou petit-déjeuner léger: 1). The right screenshot shows the same form with the quantity options expanded: 'en-cas ou petit-déjeuner léger' (1), 'gros petit-déjeuner ou repas normal' (2), and 'gros repas' (3). A green 'Soumettre' button is at the bottom.

Jours 1 à 6 : Déclarer la prise de BOISSON (café, thé, alcool) :

Cliquez sur « Déclarez » à droite de « Café », « Thé » ou « Alcool ».

Indiquez l'heure à laquelle vous en buvez (l'heure et la date peuvent être modifiées ultérieurement).

Indiquez aussi la quantité consommée.

Attention : appuyez deux fois de suite si vous buvez, par exemple, une boisson alcoolisée de 50 cl plutôt que de 25 cl ; ou un grand bol de thé plutôt qu'une petite tasse ; en bref, à chaque double dose. Merci !

Three screenshots of the 'Boisson' (Drink) declaration screen for Alcool, Thé, and Café. Each screen has a title, a question 'A quelle heure précise avez-vous bu ce verre/tasse de...', fields for 'Indiquez l'heure' and 'Indiquez la date', a message about double dosing, and a green 'Soumettre' button. The Alcool screen shows 21:02 and 2 mai 2018. The Thé screen shows 21:02 and 2 mai 2018. The Café screen shows 14:32 and 3 mai 2018.

Jours 1 à 6 : Déclarer la prise de MEDICAMENT (respiratoire, contre la tension) :

Cliquez sur « **Déclarez** » à droite de « **Médicament respiratoire** » ou « **Médicament contre la tension** ».
Indiquez l'**heure** de la prise (l'heure et la date peuvent être modifiées ultérieurement).

The screenshot shows a mobile app interface with a dark blue header containing the status bar (carrier: Moves, 4G, 21:01, 82% battery) and an 'Annuler' button. Below the header is a white box with a medical icon and the question 'A quelle heure précise avez-vous pris ce médicament contre la tension ?'. It includes input fields for 'Indiquez l'heure' (21:01) and 'Indiquez la date' (2 mai 2018). A second white box contains instructions: 'Merci d'appuyer sur le bouton "Médicament contre la tension" à chaque prise de médicaments contre la tension.' At the bottom is a green 'Soumettre' button.

The screenshot shows a mobile app interface with a dark blue header containing the status bar (carrier: SFR, 4G, 14:32, battery icon) and an 'Annuler' button. Below the header is a white box with a medical icon and the question 'A quelle heure précise avez-vous pris ce médicament respiratoire ?'. It includes input fields for 'Indiquez l'heure' (14:32) and 'Indiquez la date' (3 mai 2018). A second white box contains instructions: 'Merci d'appuyer sur le bouton "Médicament respiratoire" à chaque prise de médicaments respiratoires.' At the bottom is a green 'Soumettre' button.

Jours 1 à 6 : Déclarer l'exposition à de la fumée de TABAC :

- Cliquez sur « **Déclarez** » à droite de « **Fumée de tabac - début** » ou de « **Fumée de tabac - fin** » afin d'indiquer l'**heure de début puis de fin** de l'épisode d'exposition (l'heure et la date peuvent être modifiées ultérieurement).

The screenshot shows a mobile app interface with a dark blue header containing the status bar (carrier: Moves, 4G, 21:01, 82% battery) and an 'Annuler' button. Below the header is a white box with the question 'A quelle heure précise a commencé votre exposition à de la fumée de tabac ?'. It includes input fields for 'Indiquez l'heure' (21:01) and 'Indiquez la date' (2 mai 2018). A second white box contains instructions: 'Merci de ne pas oublier d'appuyer sur le bouton "Fumée de tabac - fin" pour indiquer quand cette exposition a cessé.' At the bottom is a green 'Soumettre' button.

The screenshot shows a mobile app interface with a dark blue header containing the status bar (carrier: SFR, 4G, 15:36, battery icon) and an 'Annuler' button. Below the header is a white box with the question 'A quelle heure précise s'est finie votre exposition à de la fumée de tabac ?'. It includes input fields for 'Indiquez l'heure' (15:36) and 'Indiquez la date' (3 mai 2018). At the bottom is a green 'Soumettre' button.

Jours 1 à 3 : Répondez aux questionnaires RESPIRATOIRE :

Cliquez sur la notification qui s'affiche sur l'écran d'accueil du téléphone et répondez au questionnaire :

The first screenshot shows two questions with four radio button options each:

Question 1: Au cours des deux dernières heures, avez-vous eu des sifflements dans la poitrine ?

Pas du tout	<input type="radio"/>	1
Un petit peu	<input type="radio"/>	2
Moyenne-ment	<input type="radio"/>	3
Beaucoup	<input type="radio"/>	4

Question 2: Au cours des deux dernières heures, avez-vous ressenti le besoin de cracher ?

Pas du tout	<input type="radio"/>	1
Un petit peu	<input type="radio"/>	2
Moyenne-ment	<input type="radio"/>	3
Beaucoup	<input type="radio"/>	4

The second screenshot shows two questions with four radio button options each:

Question 3: Au cours de la nuit ou depuis votre réveil, avez-vous eu le nez bouché ?

Pas du tout	<input type="radio"/>	1
Un petit peu	<input type="radio"/>	2
Moyenne-ment	<input type="radio"/>	3
Beaucoup	<input type="radio"/>	4

Question 4: Au cours de la nuit ou depuis votre réveil, avez-vous été essoufflé(e) ?

Pas du tout	<input type="radio"/>	1
Un petit peu	<input type="radio"/>	2
Moyenne-ment	<input type="radio"/>	3
Beaucoup	<input type="radio"/>	4

Jours 1 à 6 : Répondez aux questionnaires DEPLACEMENT :

Merci d'y répondre chaque soir **dès 20h30**. Ouvrez l'application Mobilisense et cliquez sur les questionnaires un à un.

Vos **déplacements de la journée** seront classés par **ordre chronologique**, les questions portant d'abord sur vos déplacements **à pied** puis ensuite sur vos déplacements **motorisés**.

The first screenshot shows the main screen of the Mobilisense app:

Bienvenue !
Mobilisense

Questionnaires

- Questionnaire déplacements 1 (Exp: 01:30) >
- Questionnaire déplacements 2 (Exp: 01:30) >
- Questionnaire déplacements 3 (Exp: 01:30) >

The second screenshot shows a specific questionnaire for walking:

Pendant le déplacement en marche à pied du 18 Rue Jorge Semprún, 75012 Paris, France à 09h39mn 02/05/2018 jusqu'au 25-27 Rue de Chaligny, 75012 Paris, France à 09h58mn 02/05/2018 :

- Avez-vous été gêné(e) par la pollution (fumées d'échappement, frottements des pneus/rails/routes, etc.) ?

Pas du tout	<input checked="" type="radio"/>	0
Un petit peu	<input type="radio"/>	1
Moyenne-ment	<input type="radio"/>	2

The third screenshot shows a specific questionnaire for motorized transport:

Pendant la partie motorisée du déplacement du 25-27 Rue de Chaligny, 75012 Paris, France à 19h18mn 02/05/2018 jusqu'au 16-18 Rue de la Rochefoucauld, 92100 Boulogne-Billancourt, France à 19h34mn 02/05/2018 :

- Avez-vous été gêné(e) par la pollution (fumées d'échappement, frottements des pneus/rails/routes, etc.) ?

Pas du tout	<input type="radio"/>	0
Un petit peu	<input type="radio"/>	1
Moyenne-ment	<input type="radio"/>	2

Moves 4G 21:00 82 %

Annuler

- Avez-vous été gêné(e) par le bruit (véhicules, personnes, etc.) ?

Pas du tout 0

Un petit peu 1

Moyenne-ment 2

Beaucoup 3

- Etiez-vous décontracté(e) et détendu(e) ?

Oui tout à fait 0

Oui plutôt 1

Non pas vraiment 2

Moves 4G 21:00 82 %

Annuler

Oui plutôt 1

Non pas vraiment 2

Non pas du tout 3

- Les conditions du déplacement ont-elles été stressantes ?

Pas du tout 0

Un petit peu 1

Moyenne-ment 2

Beaucoup 3

Soumettre



Si besoin, cliquer sur Moves :

Les adresses indiquées peuvent être approximatives, pour vous aider à situer les portions de déplacement à pied ou motorisées, vous pouvez consulter l'**application MOVES**. Vous y verrez tous vos déplacements et les horaires correspondants.

A savoir :

- En fonction de vos habitudes de vie et de votre santé, vous n'aurez pas forcément à déclarer tout ce qu'il y a dans cette fiche.
- Cliquez sur « **Déclarez** » à droite de l'information que vous souhaitez déclarer.
- Cliquez sur « **Soumettre** » en vert pour finaliser chacune de vos réponses.
- Vous allez recevoir des **notifications** régulièrement afin de vous rappeler de déclarer des informations. Si vous l'aviez déjà fait, n'en tenez pas compte. Exemples :



Un grand MERCI ! Si besoin, appelez 7 jours / 7
au 01 44 73 84 56 ou au 06 17 99 21 73