# Titre : Logo: École de la pomme, l'accès aux nouvelles technologies

# Bonjour à toutes et à tous,

Voici des nouvelles de l'École de la pomme [www.ecoledelapomme.ch](http://www.ecoledelapomme.ch)

# Le stamm des iPhoniens

Le deuxième stamm des iPhoniens aura lieu le mardi 9 mars prochain entre 14:00 et 17:00 sur FaceTime.

Le thème que j'ai retenu pour cette seconde édition est la domotique.

Je te propose que nous échangions autour de ce sujet qui peut nous ouvrir des perspectives très intéressantes. À l'occasion de ce stamm, je tenterai d'illustrer cette problématique à l'aide d'exemples concrets.

Je te remercie de t'inscrire jusqu'au lundi soir 8 mars[ici par courriel](mailto:jeanmarcmeyrat@gmail.com)

ou par téléphone au 079 212 29 48.

Mardi à 13:50, je t'appellerai sur FaceTime. Si tu n'as pas été en mesure de répondre à cet appel, deux solutions sont à ta disposition:

* Ouvre le SMS que je t'aurai envoyé et clique sur "Le stamm" en haut de l'écran;
* Ouvre FaceTime sur ton iPhone et clique sur l'appel reçu.

# Prochains cours de l'École de la pomme

## Voice Dream Reader

Étant donné le succès rencontré par le cours qui a eu lieu en février, je remets le couvert!

Voice Dream Reader: une application incontournable pour lire et scanner des documents.

On ne présente plus Voice Dream Reader , une app unanimement saluée par les personnes aveugles et malvoyantes.

Je te propose deux dates:

* Le mardi 23 mars 2021 de 14:00 à 17:00 sur FaceTime;
* Le mercredi 24 mars 2021 de 09:00 à 12:00 sur FaceTime.

D'avance, je te remercie de m'indiquer tes éventuelles disponibilités pour les deux dates afin que je puisse équilibrer au mieux les groupes.

À l'occasion de cette formation, nous détaillerons ensemble les possibilités qu'offre cette application que tu peux télécharger depuis ton iPhone ou ton iPad pour la somme de CHF 20.- en cliquant sur le lien ci-dessous:

<https://apps.apple.com/ch/app/voice-dream-reader/id496177674?l=fr>

### Objectif du cours

* Consultation de documents en divers formats (DOCX, PDF, EPUB, etc.);
* Lecture de contenus provenant d'internet;
* Téléchargement de livres audio;
* Scannage de textes.

### Ta participation

Le coût de cette formation s'élève à CHF 25.-.

### Délai d'inscription

Je te remercie de t'inscrire jusqu'au vendredi 19 mars [ici par courriel](mailto:jeanmarcmeyrat@gmail.com)  ou par téléphone au 079 212 29 48.

# Quelques brèves glanées sur le site de l'École de la pomme

## Information importante concernant l’accessibilité de la nouvelle App PostFinance

PostFinance continue de développer son offre de Digital Banking et lancera sa nouvelle application en mars 2021.

Cette dernière permettra aux clients d’effectuer leurs opérations financières encore plus rapidement et simplement. Toutefois, l’application ne sera pas accessible sans barrières dès son lancement. Pour cette raison, PostFinance conseille à tous les clients qui ont besoin d’aides à l’utilisation comme VoiceOver ou TalkBack de ne pas effectuer la mise à jour de l’App PostFinance manuellement ou de désactiver la mise à jour automatique des applications dans les paramètres de leur smartphone. Ainsi, tu pourras utiliser la version accessible de l’App PostFinance actuelle jusqu’à début mai.

NDLR: Pour désactiver la mise à jour automatique des apps sur ton iPhone, pratique comme suit:

* Ouvre "Réglages";
* Clique sur "App Store";
* En-dessous de l'en-tête "Téléchargements automatiques", clique sur "Apps" pour activer ou désactiver les mises à jour automatiques.

Si tu effectues malgré tout la mise à jour, tu disposeras automatiquement de la nouvelle App PostFinance dans une version pas encore accessible sans barrières. Tu n’auras pas la possibilité de revenir à la version actuelle de l’application.

À partir du mois de mai 2021, la version actuelle sans barrières de l’App PostFinance ne sera plus disponible. PostFinance prévoit de lancer fin mai 2021 la version sans barrières de la nouvelle application. À partir de ce moment-là, tu pourras télécharger la mise à jour dans l’App Store ou le Google Play Store et utiliser la nouvelle application sans barrières sans aucune restriction.

Source: Newsletter de la défense des intérêts de la FSA

## Voici ce qui se passera si tu refuses les nouvelles règles de WhatsApp

À partir du 15 mai prochain, WhatsApp va commencer à brider son application jusqu’à la rendre inutilisable.

Ceci concerne les utilisateurs qui n’accepteront pas les nouvelles conditions d'utilisation de WhatsApp.

La semaine passée, WhatsApp publiait dans un billet de blog de nouveaux détails sur sa politique de confidentialité. Tout en rappelant qu’elle était dans l’incapacité de consulter les messages ou d’écouter les conversations de ces utilisateurs à cause du chiffrement de bout en bout, l’application de messagerie rappelait également qu’elle afficherait dans les prochaines semaines une nouvelle notification expliquant mieux aux utilisateurs les modifications apportées à sa nouvelle politique de confidentialité. Mais on ignorait jusqu’ici ce qu’il adviendrait des utilisateurs qui refuseraient ces nouvelles règles.

Dans un e-mail que WhatsApp a envoyé à l’un de ses partenaires et que TechCrunch a pu consulter, on en apprend un peu plus sur la stratégie que la messagerie s’apprête à mettre en place pour inciter les derniers récalcitrants à accepter ses nouvelles conditions d’utilisations. À partir du 15 mai prochain, WhatsApp invitera à nouveau les derniers « résistants » à accepter ses nouvelles règles. S’ils refusent toujours de s’y soumettre, ils pourront continuer de recevoir des appels et des notifications pendant encore quelques semaines, mais ne seront plus en mesure d’envoyer des messages ou d’émettre des appels.

WhatsApp a d’ailleurs mis à jour sa FAQ en y ajoutant une page détaillant ce qui se passera pour les utilisateurs à la date d’entrée en vigueur de sa nouvelle politique de confidentialité. L’application de messagerie explique par ailleurs que les comptes seront automatiquement supprimés de sa plate-forme, au-delà de 120 jours d’inactivité.

Source: 01net.com

### Protection pour les Suisses

Les utilisateurs suisses de WhatsApp sont soumis à un régime spécial: Facebook a décidé (alors qu'il n'en avait pas l'obligation) qu'ils sont protégés par le Règlement Général de Protection des Données (RGPD), comme tous les utilisateurs résidant dans des pays de l’Union européenne, comme le confirme un porte-parole de l’entreprise au Temps: "Il n’y a pas de changement dans les pratiques de partage de données de WhatsApp dans la région européenne (y compris la Suisse) découlant de la mise à jour des conditions d’utilisation et de la politique de confidentialité. Pour lever tout doute, WhatsApp ne partage pas les données de ses utilisateurs de la région européenne avec Facebook dans le but que ce dernier utilise ces données pour améliorer ses produits ou ses publicités."

Donc dans la région européenne, Suisse y compris, les seuls changements annoncés concernent les entreprises. "Afin d’accroître la transparence, nous avons mis à jour la politique de confidentialité pour décrire que les entreprises peuvent désormais choisir de recevoir des services d’hébergement sécurisés de notre société mère Facebook pour les aider à gérer leur communication avec leurs clients sur WhatsApp", poursuit le porte-parole. Il est aussi possible que dans les mois à venir, les utilisateurs de WhatsApp reçoivent une alerte si l’entreprise avec laquelle ils communiquent utilise les services d’hébergement de Facebook.

Source: Le Temps

## Comment utiliser le presse-papiers universel pour copier-coller entre tes appareils Apple?

Apple permet de copier du contenu sur un appareil, pour le coller et l’utiliser sur un autre.

Tu ne le sais peut-être pas, mais si tu possèdes plusieurs appareils Apple, tu peux copier du texte, des images, photos et vidéos depuis ton iPhone, pour le coller sur ton iPad par exemple. Pour fonctionner, ce presse-papiers universel disponible sur les iPhone et iPad fonctionnant sous iOS 10 et versions ultérieures, nécessite toutefois quelques prérequis.

Il faudra en effet que chaque appareil soit connecté à iCloud avec le même compte Apple, qu’ils soient à proximité les uns des autres, que le Wi-Fi et le Bluetooth soient activés sur chacun d’eux, et que la fonction Handoff soit également activée sur les iPhone et iPad concernés.

### Active Handoff

Pour activer Handoff sur iOS, ouvre les "Réglages", puis dans "Général" entre dans le menu "AirPlay et Handoff" et assure-toi que l’option Handoff soit bien activée.

### Copie du contenu

À présent, copie du contenu comme tu le fais habituellement, soit en utilisant les options du Rotor ou en effectuant un quadruple-tape avec trois doigts pour coller du texte dans le presse-papier. Le contenu que tu viens de copier, stocké dans le presse-papiers de l’appareil est également immédiatement disponible dans le presse-papiers de l'autre appareil à proximité.

### Colle le contenu du presse-papier sur un autre appareil

Prends ton autre appareil et ouvre le document, le champ de texte, ou l’application dans laquelle tu souhaites coller le contenu du presse-papier. Si tout s’est correctement déroulé, le contenu du presse-papier que tu colles à l'aide des options du Rotor devrait être celui que tu viens de copier sur l’autre appareil.

Tu devrais voir s’afficher une alerte t'indiquant "Coller depuis l'iPhone ou l'iPad de x".

## Comment convertir un message vocal en texte?

Audio to Text for WhatsApp pour l’iPhone CHF 2.- sur l'App Store.

Comme son nom l'indique, cette app permet de transcrire un message vocal que tu as reçu sur WhatsApp. Cependant, elle ne se limite pas à ça, puisque tu peux également transcrire des mémos enregistrés sur l'app Dictaphone ou d'autres fichiers audio.

Pour faire la transcription d’un message vocal sur Audio to Text for WhatsApp, il faut d’abord l’installer via l’App Store.

<https://apps.apple.com/ch/app/audio-to-text-for-whatsapp/id1250211654?l=fr>

En ouvrant l’application, les instructions sur son utilisation seront affichées automatiquement mais on peut les ignorer et fermer l’application.

### Transcription d’un message vocal WhatsApp

* Ouvre WhatsApp sur ton smartphone;
* Sélectionne le message audio que tu veux transcrire;
* Avec des balayages verticaux avec un doigt sur le message, sélectionne et clique sur "Transférer";
* Clique sur le bouton "Partager" en bas à droite de l'écran;
* Dans la fenêtre de partage, sélectionne et clique sur "Transcris".

Il se peut que l’icône "Transcris" d'Audio to Text ne figure pas dans le menu, dans ce cas, il faut cliquer sur "Plus" pour l’ajouter.

Après un certain temps, l'intégralité du message au format texte sera affiché et il suffit de cliquer sur "Terminer"  depuis WhatsApp pour sortir de l’application une fois le message lu ou de cliquer sur "Copier le texte" pour copier la transcription dans le presse-papier pour le coller ailleurs, dans un courriel ou dans une note par exemple.

### Transcription d'un mémo du Dictaphone

* Ouvre le Dictaphone;
* Sélectionne le mémo que tu souhaites transcrire;
* Avec des balayages verticaux avec un doigt, sélectionne et clique sur "Plus d'actions";
* Avec des balayages horizontaux de gauche à droite avec un doigt, sélectionne et clique sur "Transcris".

### Autres formats

Il est également possible de transcrire des fichiers MP3. Selon la taille du fichier, cela peut prendre du temps. Même si tu peux considérablement accélérer le débit, il faut tout de même que l'intégralité de l'audio ait défilé.

## 10 conseils pour prolonger l’autonomie de ton Apple Watch

La faible autonomie des Apple Watch peut se révéler assez dérangeante lorsqu’on la porte constamment au poignet.

La rédaction de Belgium-iPhone te propose ses conseils afin de prolonger l’autonomie de ta montre sans perdre en fonctionnalités.

### Garder constamment la connexion à l’iPhone active

Contrairement à ce que l’on pourrait imaginer, le Bluetooth activé sur l’iPhone ne consomme pas la batterie de l’Apple Watch, au contraire ! En effet, la montre connectée d’Apple se sert de sa connexion avec l’iPhone pour optimiser sa batterie. Ce n’est d’ailleurs pas pour rien qu’il n’est pas possible de désactiver le Bluetooth sur ton Apple Watch, puisque celle-ci en a impérativement besoin pour fonctionner le mieux possible. L’iPhone permet quant à lui d’optimiser la consommation énergétique des communications entre ta montre pommée et ton smartphone. Ne désactive donc pas le Bluetooth sur ton iPhone, sauf si celui-ci vient également à manquer de batterie.

### Modérer l’utilisation des données

Que tu possèdes une Apple Watch Wi-Fi ou Cellulaire, l’utilisation du réseau se veut très énergivore. Comme sur les autres terminaux munis d’une batterie (MacBook, iPhone, iPad…), il est vivement recommandé de désactiver les connexions mobiles lorsque tu ne t'en sers pas. Ainsi, si tu possèdes une Apple Watch traditionnelle dépourvue d’une carte eSim, n’hésite pas à déconnecter ta montre du réseau Wi-Fi.

Pour ce faire, dirige-toi dans le centre de contrôle de ton Apple Watch avec un glissement avec deux doigts de bas en haut sur l'écran de ta montre. Déconnecte ensuite la montre du réseau en cliquant sur le bouton "Wi-Fi".

La démarche est la même si tu possèdes une Apple Watch Cellulaire équipée d’une carte eSim. Si cette Watch se révèle particulièrement pratique pour utiliser ta montre sans iPhone, elle est également énergivore. Désactive alors la connexion cellulaire depuis le centre de contrôle, et clique sur "Données cellulaires" pour l'activer ou la désactiver.

### Activer les notifications avec parcimonie

Sans que l’on s’en rende compte, les notifications consomment l’énergie de ton Apple Watch. En se mettant constamment à jour, les applications installées sur ton iPhone envoient des informations à ta montre, ce qui impacte évidemment sur les ressources consommées. De plus, l’arrivée d’une notification signifie immanquablement l’activation de l’écran, une vibration et un son, avec pour conséquence une consommation de batterie.

Comme sur ton smartphone pommé, il est possible de désactiver les notifications de certaines applications sur ta montre.

Pour ce faire, dirige-toi dans l’application Watch de ton iPhone, onglet "Ma Montre". Clique ensuite sur "Notifications". Tu accèderas alors à la liste des applications natives d’Apple, mais également à celles que tu aurais au préalable installé sur ton iPhone.

Dans le cas des applications made in Apple, tu auras accès à un large choix de personnalisation des notifications. Tu pourras ainsi choisir d’activer les notifications comme elles le sont sur ton iPhone, mais aussi de les paramétrer comme bon te semble pour ta montre.

Pour ce qui est des applications tierces, tu auras tout simplement à activer ou non les notifications sur ton Apple Watch.

### Profiter des avantages de l’écran OLED

Connu pour sa faible quantité d’énergie consommée, l’écran OLED de ton Apple Watch comporte bien des qualités. S’il apporte des couleurs plus vives et plus contrastées, il permet aussi d’approfondir certaines teintes comme le noir. Ainsi, l’OLED permet d’avoir un noir complètement noir, sans la moindre intensité lumineuse, et donc sans la nécessité d’éclairer cette partie de l’écran. Privilégie ainsi un cadran avec le moins de complications et avec le plus de parties noires possibles à l’écran.

Certains cadrans proposés par Apple penchent dans ce sens, avec énormément de sobriété et le moins d’informations renvoyées sur l’écran. Tu peux toutefois modifier la couleur des cadrans d’Apple et les mettre intégralement en noir.

### Diminuer le retour haptique le plus possible

Le retour haptique est une technologie désormais présente dans de nombreux appareils high-tech. Il s’agit d’une vibration plus élaborée que celle que l’on connaissait auparavant, avec des intensités et des changements de direction. L’Apple Watch intègre ici un moteur de vibration haptique, qui malheureusement consomme assez de ressources, dont celles de la batterie. Heureusement, Apple donne la possibilité de recevoir des vibrations neutres au poignet lorsque l’on reçoit une notification sur notre montre. Il existe ainsi deux possibilités d’ajuster ces vibrations, en passant soit par la montre, soit par ton iPhone.

À partir de ton smartphone pommé, dirige-toi dans l’application Watch, puis sélectionne l'onglet "MA montre". Ouvre ensuite le menu "Sons et Vibrations", puis en-dessous de l'en-tête "Vibrations", règle le paramètre sur "Par défaut" afin de ne plus recevoir de vibrations qui dépendent de la notification. Tu peux également désactiver les vibrations de la couronne, juste en dessous, afin de retirer les vibrations lorsque tu tourneras la Digital Crown.

Sache qu’il est également possible de faire cette manipulation depuis les réglages de ta montre. Dirige-toi dans les "Réglages" de l’Apple Watch, puis dans "Sons et vibrations" pour retrouver le même menu que sur l’iPhone.

### Limiter l’actualisation des applications

Comme sur les autres appareils pommés, les applications installées vont constamment travailler en arrière-plan pour récupérer des données. Ainsi, l’application Mail va, toutes les x minutes, chercher dans les serveurs les mails les plus récents reçus. Outre une consommation de données non-négligeables, cette actualisation en arrière-plan requiert un apport en énergie plutôt important, qu’il convient de rapidement gérer.

Afin d’interrompre l’actualisation en tâche de fond de plusieurs applications, il est une fois de plus nécessaire de te rendre dans l’application Watch de ton iPhone. Sélectionne ensuite l'onglet "Ma Montre" en bas à gauche de l’écran, clique sur "Général" puis sur "Actualiser en arrière-plan".

Tu as alors le choix d’interrompre l’actualisation générale de toute les applications en désactivant avec un clique "Actualiser en arrière-plan". Si tu souhaites toutefois récupérer des informations à jour de certaines apps, tu auras accès à la liste complète des applications installées sur ta Watch plus bas sur le même écran.

### Gérer la batterie intelligemment

Présentes dans la grande majorité des appareils portables, les batteries au lithium-ion sont sujettes à une durée de vie courte qu’il est important de ménager. Ainsi, plus on rechargera son appareil, plus celui-ci verra son espérance de vie diminuer et donc recevoir de moins en moins d’énergie de la part de sa batterie. C’est pourquoi il est impératif d’adopter des habitudes de consommation responsables.

N’attends ainsi jamais que ton Apple Watch soit complètement déchargée. Dès que celle-ci atteint les 40 voire 30% de charge restante, recharge ta montre. Un autre réflexe que l’on a serait de recharger celle-ci jusqu’à une charge complète, soit 100%. Il s’agit là encore d’une mauvaise habitude, puisque cela use considérablement l’espérance de vie de la batterie en consommant un cycle de charge complet.

### Exercices en économie d’énergie

Les fonctionnalités liées à l’application Exercices de l’Apple Watch sont parmi les plus énergivores de la montre d’Apple. Cardiofréquencemètre, calories brulées, nombre de pas… Autant de fonctions qui, même si elles se révèlent relativement pratiques, sont malheureusement parmi les plus gourmandes proposées sur la montre. Il est ainsi possible d’activer un mode économie d’énergie sur ta montre lorsque tu seras en exercice.

Pour activer ce mode économie d’énergie, dirige-toi dans l’application Watch sur ton iPhone, onglet "Ma Montre". Descends ensuite dans le présent écran jusqu’à atteindre "Exercice", sur lequel tu cliqueras. Clique sur "Mode Économie d’énergie" pour activer l’option.

Sache toutefois qu’en activant cette option, tu auras alors des informations plus approximatives lorsque tu feras tes exercices. Le mode économie d’énergie désactivant le capteur de fréquence cardiaque lors de vos joggings ou marche,  le calcul des calories brûlées peut toutefois être moins précis.

### Empêcher le cadran de s’allumer au lever du poignet

Si la fonctionnalité a été remplacée sur les Series 5 et 6 par Always-on-Display, la fonctionnalité Lever du poignet, de retour sur la SE, permettait de ne pas garder son écran constamment allumé et donc d’économiser la batterie. Plutôt pratique préserver son autonomie, la fonctionnalité peut se révéler très dérangeante si tu es très actif et lever le bras sans vouloir nécessairement allumer ta montre.

Plusieurs possibilités permettent toutefois de désactiver cette activation intempestive de l’écran.

La première, certainement la plus simple, consiste à te diriger dans le centre de contrôle de ta montre, puis d’activer "Mode spectacle".

Tu peux également choisir d’interrompre tout simplement la fonctionnalité de Lever du poignet. Il sera alors nécessaire d’appuyer sur la Digital Crown ou sur l’écran pour activer celui-ci.

Pour ce faire, dirige-toi dans les réglages de ta montre, puis dans "Général". Descends jusqu’à atteindre le menu "Activer l’écran", puis désactive avec un clique "Activer au lever du poignet".

Enfin, la manipulation est également disponible depuis l’iPhone. Toujours dans l’application Watch, dirige-toi dans l'onglet "Ma Montre". Va dans "Général", puis descends jusqu’à "Activer l’écran". Désactive ensuite "Activer au lever du poignet".

### Réduire les animations

Comme sur iOS et iPad OS, l’ouverture d’une application sur WatchOS fait appel à une petite animation qui, l’air de rien, consomme les ressources de la batterie. Cette animation, si elle est subtile, ajoute de l’harmonie aux OS d’Apple et permet une transition entre les applications moins brute.

Au sein de l’application Watch sur ton iPhone, dirige-toi dans le menu "Accessibilité". Descends jusqu’à "Réduire les animations", puis désactive "Réduire les animations".

Source: Belgium-Iphone, une marque du journal Le Soir

Adaptation: École de la pomme

## Mode réserve de l'Apple Watch: watchOS 7.3.1 est disponible

Il s'agit de watchOS 7.3.1, une mise à jour mineure de watchOS 7.3 destinée à corriger quelques bugs. Apple ne donne pas tous les détails mais précise que cette nouvelle version de watchOS corrige un problème empêchant les Apple Watch Series 5 et Apple Watch SE de se recharger une fois entrées en mode Réserve.

Apple a profité de cette mise à jour pour lancer une page dédiée à ce bug du mode Réserve et inviter les utilisateurs touchés à contacter son service client si le problème persiste suite à l'installation de watchOS 7.3.1. Si la mise à jour ne suffit pas, Apple pourra proposer de procéder à un échange ou une réparation gratuite.

Pour installer watchOS 7.3.1 sur ton Apple Watch, rends-toi sur l'app Watch sur ton iPhone, dans l'onglet "Ma montre", "Général", "Mise à jour logicielle". Les deux appareils doivent être connectés à un réseau Wi-Fi pour le lancement de la mise à jour et la batterie de l'Apple Watch doit être supérieure à 50%. L'Apple Watch doit également rester en charge sur son chargeur le temps de la mise à jour.

Source: Consomac

## Cette fonctionnalité Apple méconnue pourrait te sauver la vie

Existant depuis plusieurs années, cette fonctionnalité iPhone pourrait en sauver plus d'un dans des situations délicates.

Ton iPhone regorge de réglages, de fonctionnalités, et d'outils cachés qui peuvent être tout autant inutiles qu'essentiels. Cependant, une d'entre elles est particulièrement importante car elle peut te sauver la vie.

La fonction "Appel d'urgence" est peu connue du grand public et pourtant c'est certainement la plus capitale et la plus efficace que possède l'iPhone. "Appel d'urgence" te permet d'appeler les secours ainsi que des personnes de confiance en quelques secondes sans avoir à composer ne serait-ce qu'un seul numéro de téléphone.

Cette fonctionnalité peut être utile dans plusieurs situations. Si tu es impliqué dans un accident ou que tu te retrouves dans des circonstances délicates et que tu ne te sens pas en sécurité, cette fonction est à la fois dissuasive et rassurante.

En appuyant rapidement 5 fois sur le bouton latéral de ton iPhone (celui utilisé pour ouvrir et fermer le téléphone) un compte à rebours de 3 secondes démarre et ton téléphone appelle directement les services de secours en indiquant ta position exacte.

Une notification sera envoyée à tes contacts d'urgence ainsi que ta position pour qu'ils puissent te rejoindre le plus tôt possible. Cette fonction est très simple à activer:

* Ouvre "Réglages";
* Clique sur "Appel d'urgence";
* Active la fonction "Appeler avec le bouton latéral" ainsi que "Appel automatique";
* Descends plus bas pour activer "Son de compte à rebours".

En appuyant 5 fois sur le bouton latéral, cela déclenche un compte à rebours avec l'émission d'un bruit t'indiquant qu'un compte à rebours de 10 secondes a commencé. Clique sur "Arrêter" pendant le compte à rebours pour terminer l'appel. Une fonction pratique en cas d'activation accidentelle de ta part. Le son, strident, peut aussi être un moyen de dissuasion si tu te sens en danger.

En activant ces deux options, tu n'auras pas besoin de composer les numéros d'urgence et 5 coups rapides sur le bouton latéral suffiront à prévenir immédiatement les secours.

Il est important de définir des contacts d'urgence même si cette option n'est pas activée. Pour ce faire, dans "Appel d'urgence", Clique sur "Configurer les contacts dans Santé". En cas de problème ce seront les premiers à être avertis par les secours ou les personnes te prenant en charge.

La fonction "Appel automatique" nécessite une carte SIM pour que les services d'urgence soient contactés instantanément. Dans certains pays il est nécessaire de préciser quel numéro doit être composé par le téléphone.

Source: GQ France

Adaptation: École de la pomme

# Rejoins-nous sur les différents groupes WhatsApp

À ma connaissance, neuf groupes sont actuellement actifs en Suisse romande. Ils regroupent plusieurs dizaines de personnes handicapées de la vue:

* Le Réseau des iPhoniens: 83 participants;
* Apple Watch Group: 22 participants;
* MyWay Pro: 17 participants;
* Migros Online: 15 participants;
* Mes trucs: 55 participants;
* Pour passer le temps: 43 participants;
* Pomme du Jura: 7 participants;
* La cuisine et nous: 28 participants;
* Raconte-moi (club de lecture): 17 participants.

Si tu es intéressé à rejoindre l’un ou l’autre de ces groupes, signale-le-moi en utilisant le formulaire ci-dessous:

<https://ecoledelapomme.ch/contact/>

# Comment s’adresser à l’École de la pomme

Je me tiens à ta disposition par téléphone tous les jours durant les horaires usuels de bureau au numéro suivant: +41 79 212 29 48.

En cas d’urgence, tu as la possibilité de m’adresser en tout temps [un courriel ici](mailto:jeanmarcmeyrat@gmail.com) ou d’utiliser le formulaire de contact sur notre site Internet [ecoledelapomme.ch/contact/](https://ecoledelapomme.ch/contact/)

# Une plateforme pour soutenir l'École de la pomme

Si tu le souhaites, il t'est possible de faire un don à Ton École de la pomme. À cet effet, nous te proposons un service de paiement qui te permettra de faire un don avec les moyens suivants:

* PostFinance;
* TWINT;
* Une carte de crédit.

D'avance, nous te remercions pour ta générosité et t'invitons à communiquer à tes connaissances le lien suivant:

<https://ecoledelapomme.ch/l-association/nous-soutenir/>

Tout en espérant que cette newsletter t'aura été utiles, je t'adresse mes salutations les plus cordiales.

Pour l'équipe de l'École de la pomme

Jean-Marc Meyrat