



# Les applications santé

Le numérique au service de ma santé

# 1

## Des applications pour faciliter mon quotidien

Les applications santé

Des applications pour faciliter mon quotidien

# MyTherapy

N'oubliez plus jamais vos traitements!

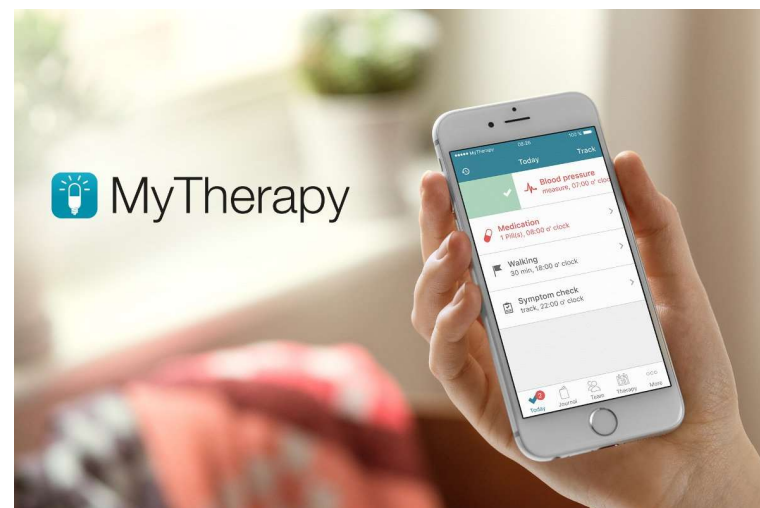
## A quoi ça sert ?

Cette application permet:

- De définir un rappel pour prendre ses médicaments ou faire une injection
- De gérer son stocks de comprimés restants
- De prendre ses mesures et les suivre (tension, glycémie, poids, ... )
- De bénéficier de conseils personnalisés en lien avec votre traitement

**Bon à savoir:**

L'application peut s'utiliser sans aucune inscription !



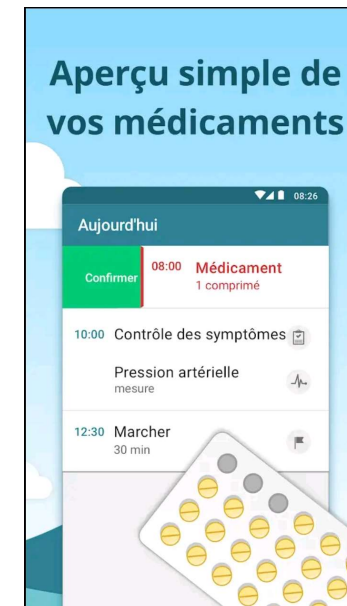
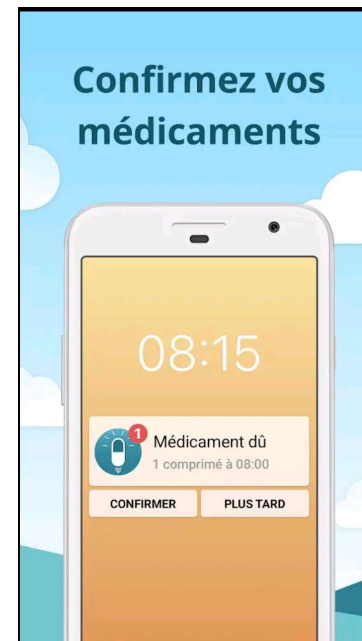
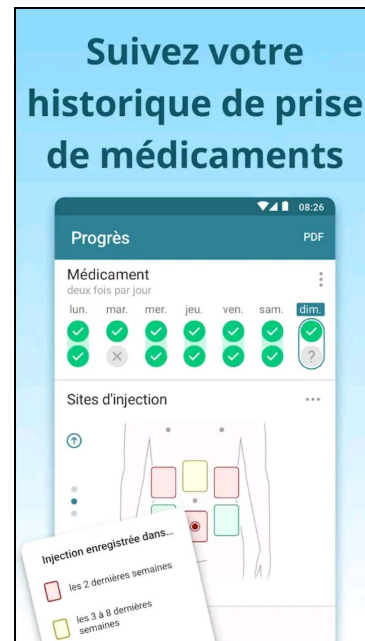
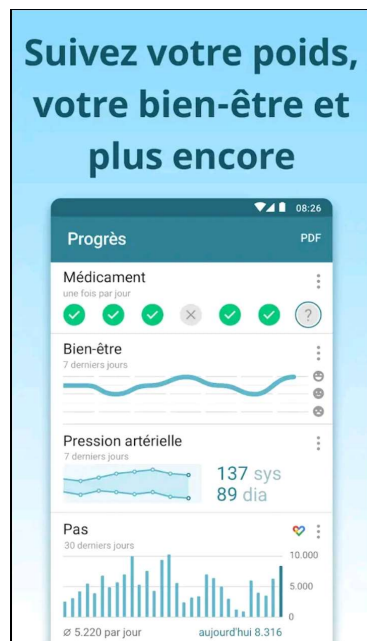
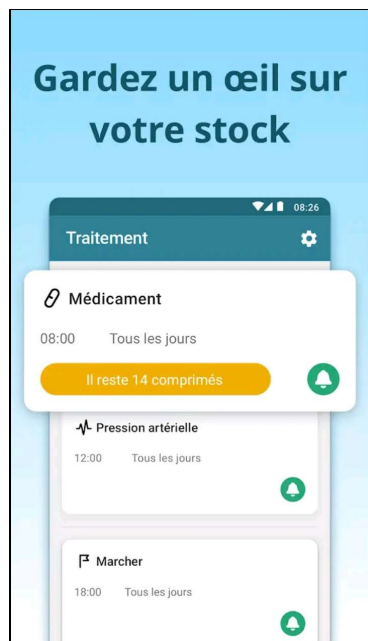
Les applications santé

Des applications pour faciliter mon quotidien

# MyTherapy

N'oubliez plus jamais vos traitements!

## A quoi ressemble l'interface ?



Les applications santé

## Doctolib

Prise de rendez-vous, téléconsultation, ...

### A quoi ça sert ?

Cette application permet:

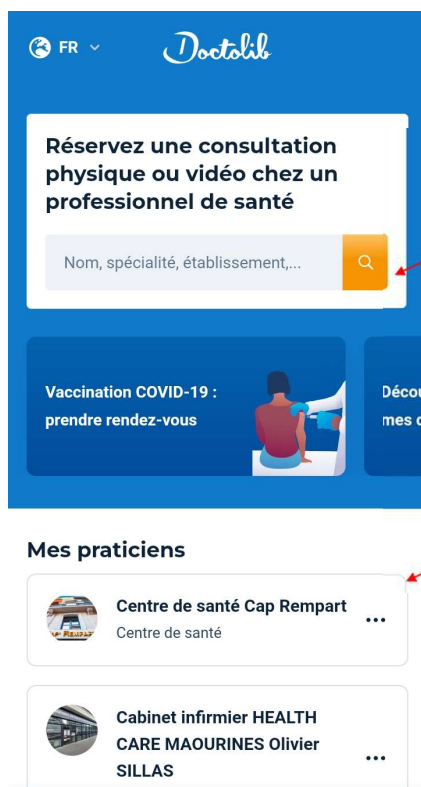
- De prendre rendez-vous en ligne avec un médecin sans passer d'appel
- De choisir la téléconsultation si on le souhaite avec certains praticiens
- D'échanger des documents avec son médecin
- De prendre des RDV pour ses proches



# Doctolib

Prise de rendez-vous, téléconsultation, ...

## A quoi ressemble l'interface?



Ici je peux rechercher un médecin par nom, spécialité, lieu, ...

Ici j'ai la liste des praticiens déjà consultés

Les applications santé



# Doctolib

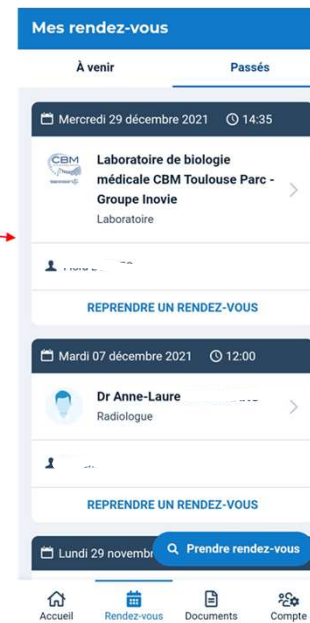
Prise de rendez-vous, téléconsultation, ...

**A quoi ressemble l'interface?**



Je peux voir mes rendez-vous à venir

Et mes rendez-vous qui sont passés

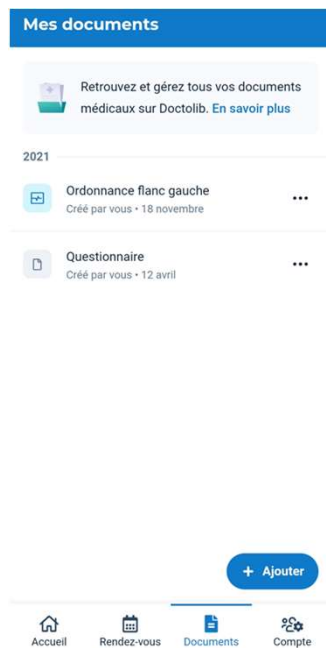


Les applications santé

# Doctolib

Prise de rendez-vous, téléconsultation, ...

**A quoi ressemble l'interface?**



Je peux gérer mes documents

Mais aussi gérer mes proches



Les applications santé





Des applications pour faciliter mon quotidien

# Doctolib

Prise de rendez-vous, téléconsultation, ...

## Comment fonctionne la téléconsultation ?

<https://doctolibpatient.zendesk.com/hc/fr/articles/360013328460-Comment-d%C3%A9marrer-la-consultation-vid%C3%A9o->



Les applications santé

## Qare , Livi ?

Applications de téléconsultation

### Il existe également d'autres applications que Doctolib!

N'hésitez pas à les tester!

Qare est une application française de téléconsultation, vous pouvez choisir de l'utiliser pour prendre rendez-vous avec un médecin généraliste ou un spécialiste sans avoir à bouger de chez vous !

Livi est une application qui permet également la téléconsultation!

**Les téléconsultations sont remboursées de la même façon que les consultations physiques!**



# 2

## Des applications utiles et ludiques

Les applications santé

# Podomètre

Aimeriez-vous savoir combien de pas vous faites par jour ?

## A quoi ça sert ?

Cette application permet:

De compter vos pas tous les jours

De vous dire combien de calories vous avez dépensé grâce à la marche

De connaître le nombre de kilomètres que vous avez parcouru.



# Podomètre

Aimeriez-vous savoir combien de pas vous faites par jour ?

**A quoi ressemble l'interface de l'application?**



L'interface de cette application est très simple, elle affiche simplement les informations suivantes par jour, semaine ou mois.



Les applications santé

# SleepCycle

Aimeriez-vous en savoir plus sur votre sommeil ?

## A quoi ça sert ?

Cette application permet:

De programmer une alarme adaptée à nos rythmes de sommeil

De vérifier la qualité du sommeil

De vérifier la régularité du sommeil

De programmer des sons qui aident à dormir (podcast, bruit de pluie, bruit de nature, ..)

D'enregistrer automatiquement les bruits et ronflements pendant le sommeil



Les applications santé

# SleepCycle

Aimeriez-vous en savoir plus sur votre sommeil ?

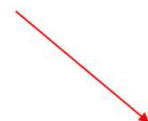
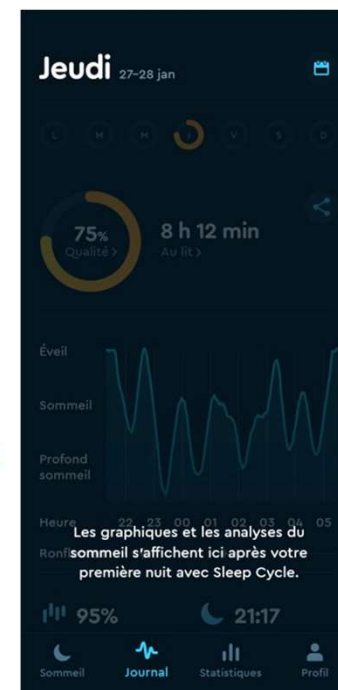
## A quoi ressemble l'interface de l'application ?



Je peux régler une alarme qui va me réveiller au meilleur moment de mon cycle de sommeil



Des graphiques s'affichent après la première nuit passée avec l'application



# SleepCycle

Aimeriez-vous en savoir plus sur votre sommeil ?

## A quoi ressemble l'interface de l'application ?



Nous pouvons choisir un son pour nous aider à dormir dans la rubrique « Aide au sommeil »



D'autres possibilités existent, mais il faut prendre la version Premium !

Les applications santé



# Peak

L'application qui entraîne la mémoire!

## A quoi ça sert ?

Cette application permet:

De jouer à plusieurs types de jeu

D'entraîner son cerveau et d'améliorer ses performances

De programmer des rappels d'entraînement.

Cette application a été développée par des chercheurs.



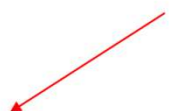
# Peak

L'application qui entraîne la mémoire!

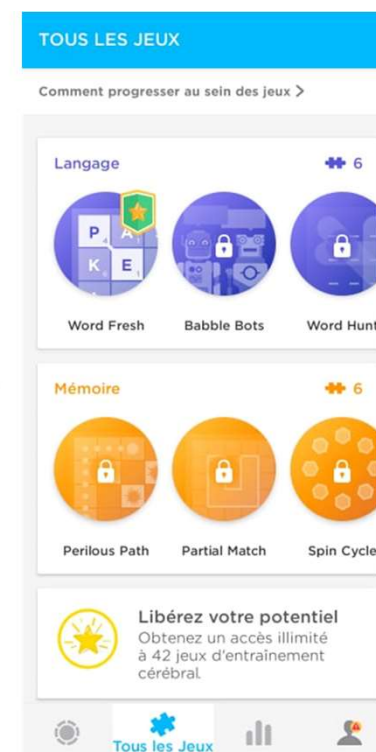
## A quoi ressemble l'interface de l'application ?



Vous pouvez lancer un entraînement



Il existe plusieurs sortes de jeux



Les applications santé

# Peak

L'application qui entraîne la mémoire!

## A quoi ressemble l'interface de l'application ?



Vous pouvez suivre l'évolution de vos performances



Les applications santé