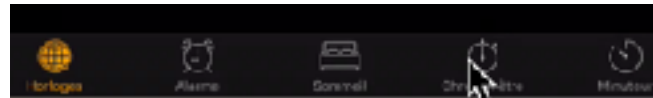
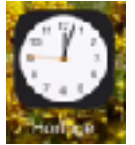


Horloge

Horloge est une application d'iOSX peu connue mais pratique et simple.

Faire un tap dans l'icône **horloge**.

A l'ouverture une barre d'icône est présente en bas de l'écran et permet d'utiliser 5 outils.



1. L'heure dans le monde.

Un tap sur **Horloge** indique l'heure dans différentes villes du monde.

- sous chaque horloge on trouve le nombre d'heures à ajouter ou à retrancher, par rapport à l'endroit où vous êtes.
- Faire un tap sur le **+** en haut à droite.
- choisir une ville, soit en faisant défiler la liste proposée, soit en saisissant un nom dans la fenêtre de recherche.
- Pour supprimer une ville, faire un tap sur **Modifier** en haut à gauche



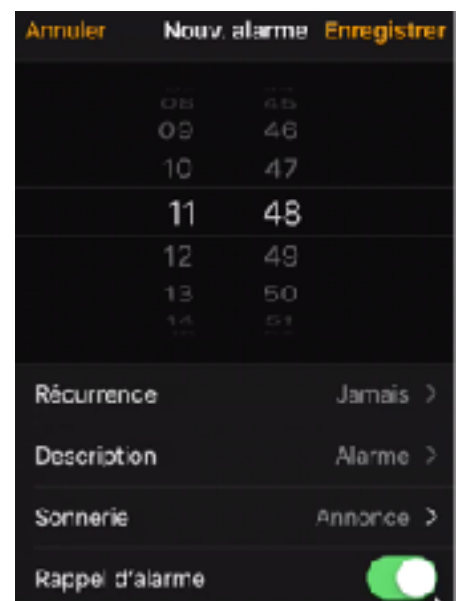
Puis un tap sur le **-** qui apparait à gauche des villes.

- Pour changer l'ordre des villes, faire un appui prolongé sur une des villes et glisser à l'emplacement voulu.

2. Créer des alarmes.

Un tap sur **Alarme**.

- Un tap sur **+**, puis faire dérouler la bande heure, puis la bande minute
- Dans la commande **Réurrence** choisir le ou les jours où le réveil sera utilisé.
- Dans la commande **Description** saisir le nom que l'on veut donner à cette alarme.
- Dans la bande **Sonnerie**, choisir une des mélodies proposées, ou un morceau de musique présent sur l'ipad ou l'iPhone.
- Activer **Rappel d'alarme** si vous avez peur de vous rendormir.

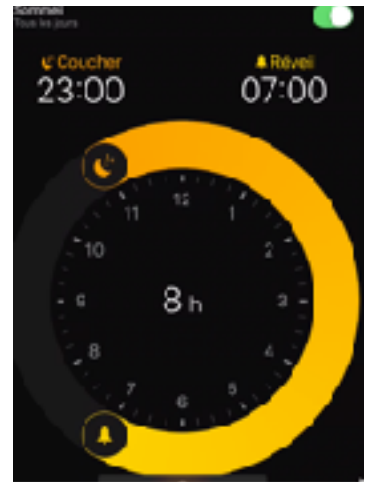


3. Surveiller son sommeil

C'est la principale nouveauté de l'application iOSX.
Un tap sur **Sommeil** ouvre le cadran **Coucher /Réveil**

La première fois il faudra tout d'abord procéder à quelques opérations:

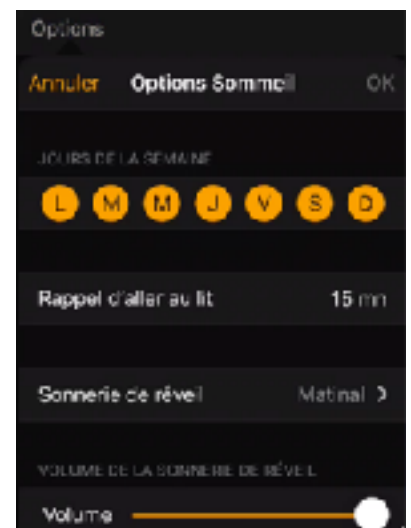
1. tap sur démarrer
2. définir quels jours de la semaine sont concernés
3. le nombre d'heures de sommeil
4. à quelle heure recevoir l'invitation au coucher
5. quelle musique vous souhaitez entendre au réveil



A chacune des étapes, après le choix faire **suivant**. Il sera possible avec le cadran **Coucher /Réveil** de modifier les réglages initiaux.

- A. Au centre du cadran est affichée la durée de la nuit.
- B. Un glissement sur l'icône **lune** du cadran modifie l'heure du coucher
- C. Un glissement sur l'icône **cloche** modifie l'heure du lever
- D. Avec la commande **Options** en haut à gauche. Cette fenêtre permet plusieurs modifications du réglage initial

- sélectionner les jours de la semaine
- le **Rappel d'aller au lit**
- La **Sonnerie de réveil**
- le **Volume** de cette sonnerie. Au réveil la sonnerie démarre doucement et le son enflamme progressivement pour un réveil en douceur.
- Faire **OK** une fois les modifications apportées



Une fois revenu sur le cadran, il est possible de désactiver la fonction sommeil en basculant le bouton au-dessus de l'heure de réveil

Plus tard sous le Cadran une zone d'analyse du sommeil affichera un graphique relatif à votre sommeil.

L'application santé peut recueillir ces données. Il existe toutes sortes d'autres applications liées à la santé qui peuvent être couplées.

Cette fonction Sommeil peut vous laisser dubitatif. N'hésitez pas à la laisser de côté ça ne vous empêchera pas de dormir.

4. Chronométrer

Un tap sur **Chronomètre**

Comme son nom l'indique cet outil sert à mesurer des temps.

En balayant le haut de l'écran de Droite à Gauche on affiche un chrono

Le bouton **Démarrer** à droite lance le comptage. Il devient **Arrêter** pendant toute la durée du comptage.

Le bouton **Tour** à gauche mesure des temps intermédiaires. Un tap dessus lance une deuxième ligne de comptage, aiguille bleue; tout en conservant le comptage total, aiguille orange.

Une fois l'arrêt du comptage effectué, le bouton **Tour** devient **Effacer**.

5. Le Minuteur

Un tap sur **Minuteur**

comme son nom l'indique il sert à décompter le temps.

Afficher trois minutes par exemple pour la cuisson d'un oeuf à la coque.

Un tap sur **Démarrer**, le temps décompte. le bouton devient **Pause** pour arrêter le décompte.

Le bouton **OK** remet à zéro.

Le bouton **radar** permet de choisir la sonnerie qui se déclenchera à l'issue du décompte. Sept sonneries sont disponibles.