

USAGE QUOTIDIEN

1. Portez l'ActiGraph sur votre poignet non dominant (c'est-à-dire votre poignet gauche si vous êtes droitier·e ou votre poignet droit si vous êtes gaucher·e).
2. Portez l'ActiGraph pendant 7 jours consécutifs, même la nuit. N'oubliez pas de porter le bandeau Muse 3 nuits de suite pendant ces 7 jours et ces 7 nuits.
3. Vous pouvez porter l'ActiGraph pour le poignet en tout temps, sauf lorsque vous prenez votre douche ou votre bain et lorsque vous nagez.



Ne portez pas l'ActiGraph lorsque vous prenez votre douche ou votre bain et lorsque vous nagez.

RETOURNER LES MONITEURS DE SOMMEIL

Après avoir porté l'ActiGraph pour le poignet pendant au moins 7 jours et le bandeau Muse pendant 3 nuits, suivez les **instructions de retour** pour retourner les moniteurs à l'ÉLCV.

L'accès aux données de l'ActiGraph et du bandeau Muse nécessite un identifiant et un logiciel spécifiques, uniquement disponibles à l'ÉLCV. Les données sur l'appareil sont liées à un numéro d'identification, et non à vos informations personnelles. Si un appareil est perdu, il ne peut pas être lié à vous.

N'oubliez pas que la participation à cette collecte de données est volontaire.

Si vous avez besoin d'aide, contactez-nous :



1-866-999-8303



info@clsa.elcv.ca



www.clsa-elcv.ca

V1.1 (Sep 22, 2022)