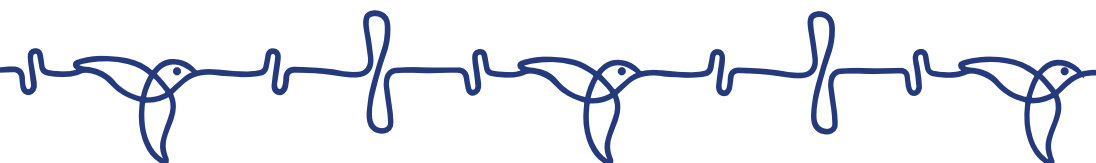




# 1 MINUTE POUR *mon cœur*

## GUIDE RAPIDE D'UTILISATION



Belgique - FR



Tablette



Tensiomètre

# PRENDRE VOS MESURES

En 1 minute chrono

## 1 Allumer la tablette

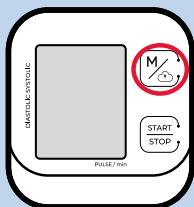


Sélectionner l'application Newcard

## 2 Sélectionner

Prendre mes mesures

## 4 Pour transmettre ma tension



Appuyer sur le bouton



## 5 Vous peser



(balance posée sur sol dur et stable)

# INDIQUER UNE ABSENCE

Sélectionner

Déclarer une absence

sur la  
page d'accueil



|                                  |                           |
|----------------------------------|---------------------------|
| <br>Hospitalisation pour le cœur | <br>Autre hospitalisation |
| <br>Raison personnelle           |                           |

Indiquer la raison  
de l'absence



|                     |  |
|---------------------|--|
| du                  |  |
| 27/09/2023          |  |
| au                  |  |
| 04/10/2023          |  |
| optionnelle         |  |
| Envoyer mon absence |  |

Sélectionner les dates  
de l'absence

Envoyer



**Ne tirez pas l'extrémité du brassard au delà de la boucle en métal**

### 3 Bien prendre votre tension

En 4 étapes



- S'asseoir et passer son **bras gauche** dans le brassard.
- Le **bandeau rouge** doit être placé à l'intérieur du pli du coude.
- Placer le bras gauche sur une table, la **paume de la main orientée vers le ciel**.
- Appuyer sur start



### 6 Répondre aux questions



### 7 Envoyer vos données



### 8



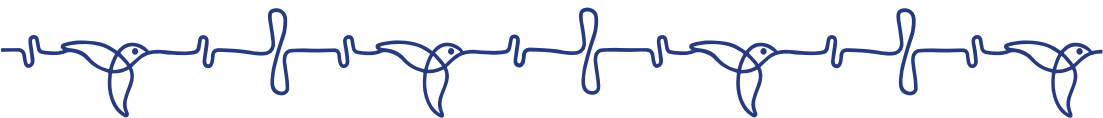
**Vos données sont surveillées par votre infirmi(ère) Newcard et votre cardiologue**



## NOS CONSEILS

- Vérifier que les piles sont présentes dans la balance et dans le tensiomètre.
- Pour la tension, asseyez vous confortablement et dans un endroit calme.
- Ne déroulez/dépliez pas entièrement le brassard, glissez votre bras dedans.
- Placez le brassard sur votre bras, au même niveau que votre cœur.
- La marque rouge doit être dans le creux de votre coude.

**Pour la première mesure, n'hésitez pas à demander à vos proches, votre aide à domicile, ou votre voisin !**



## CONTACTS



**Téléphone**

+32 78 48 16 93



**Mail**

ic-be@newcard.io

**En cas d'urgence médicale :**  
**appeler le 112**

## EN SAVOIR PLUS



<https://26570142.hs-sites-eu1.com/fr-fr/patient-1-minute-pour-mon-c%C5%93ur-leaflet>

**Nous vous remercions de conserver les emballages d'origine pour transporter le kit ou nous le renvoyer.**

Ce dispositif médical de classe I est un produit de santé qui porte, au titre de cette réglementation, le marquage CE (2019).  
Lire attentivement les instructions figurant dans la notice d'utilisation.

Création par NEWCARD SAS - Dernière modification : 28 avril 2026 - Imprimé par : Référence Directe

**Ne pas jeter sur la voie publique** – Référence : MPC-NTU-PAT-BEL-00



Parc du Moulin  
236 Av. Clément Ader  
59118 Wambrechies  
[www.newcard.fr](http://www.newcard.fr)