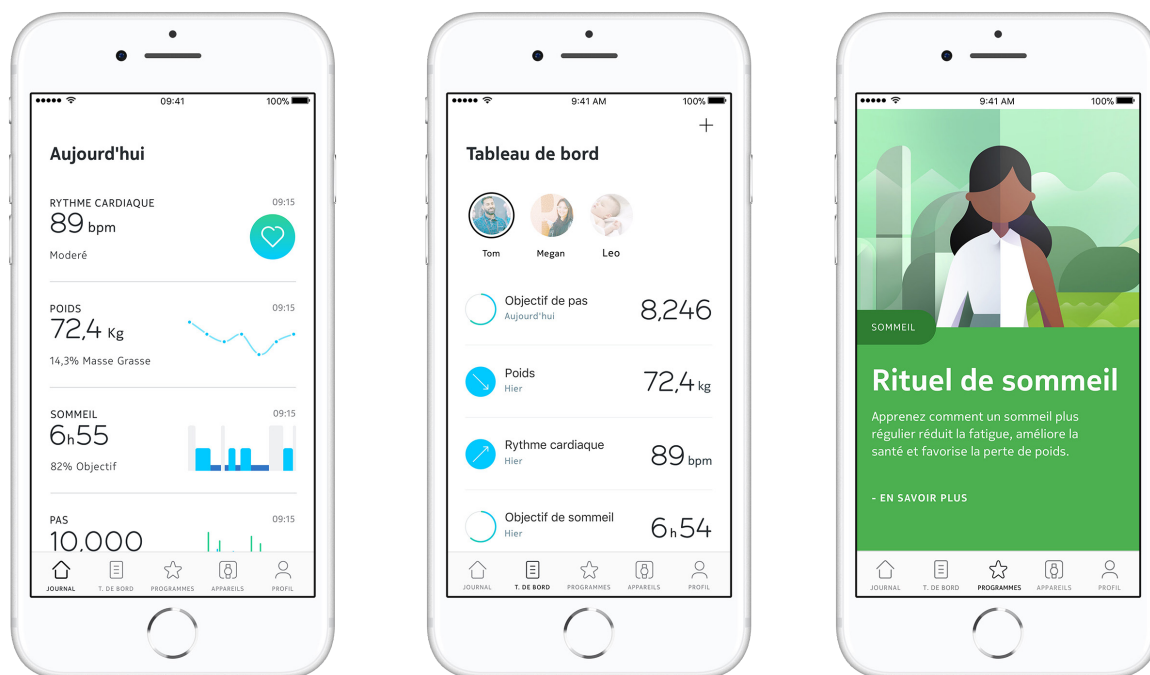


Le compagnon de santé idéal



L'application Health Mate, qui gravite au cœur de l'écosystème santé de Withings, donne une vision 360° de sa santé et des solutions de coaching sur-mesure. Elle offre une vue complète de l'historique de ses données incluant l'activité, le sommeil, le poids et plus encore, afin de pouvoir visualiser ses tendances, suivre ses progrès et améliorer sa santé durablement.

Fonctionnalités

Soyez plus actif

- **Suivi de l'activité** : faites le point sur votre activité et soyez motivé pour faire plus d'exercices (données d'Apple Health, S-Health, et les trackers d'activité Withings)
- **Classement** : connectez-vous à vos amis et à votre famille et lancez-vous des défis
- **Badges** : soyez récompensé pour vos progrès

Vous pouvez suivre votre activité avec la gamme de trackers d'activité & de sommeil Withings

Suivez votre santé cardiovasculaire

- **Rythme cardiaque** : contrôlez et suivez de près votre rythme cardiaque en cas de maladies chroniques
- **Tension artérielle** : obtenez une vision globale de votre santé cardiovasculaire
- **Vitesse d'onde de pouls** : obtenez une mesure précise et inédite sur la santé de vos artères

Les données liées au cœur proviennent des tensiomètres Withings et de la balance Withings Body Cardio.

Améliorez votre sommeil

- **Cycles de sommeil** : prenez connaissance de vos cycles de sommeil léger et profond, mais aussi des interruptions de sommeil pour mieux appréhender vos besoins.
- **Smart Wake-Up™**: réveillez-vous au moment le plus propice de votre cycle de sommeil

Suivez votre sommeil avec la gamme de trackers d'activité & de sommeil Withings.

Maîtrisez votre poids

- **Poids, IMC et composition corporelle**, avec tendances de poids et conseils personnalisés
- **Fixez-vous des objectifs** et suivre ses progrès
- **Gardez votre motivation** avec des récompenses in-app

Il est possible d'enregistrer ses données manuellement, ou obtenir automatiquement ses informations avec la gamme de balances connectées Withings.

Allez plus loin avec les programmes de coaching santé

Suivez divers programmes conçus pour aider à atteindre ses objectifs santé :

- **Rituel de sommeil**
Analysez comment l'obtention d'un sommeil plus constant peut améliorer votre santé et aider à la perte de poids.

- **Tonifier son corps**
Apprenez davantage sur la composition corporelle et découvrez de nouvelles façons de perdre de la masse grasse durablement.

- **Mon guide grossesse**
Obtenez des conseils et astuces revus par un obstétricien, ainsi qu'un suivi de votre poids tout au long de votre grossesse.

- **Bilan de tension artérielle**
Cet achat in-app aide à suivre un protocole médical et délivre un rapport détaillé de votre tension artérielle qui peut être facilement partagé avec votre médecin.

Withings Health Mate, une plateforme santé

Health Mate se connecte aux meilleures app santé et fitness (+ de 100) incluant Apple Health, Nike, RunKeeper, Weight Watchers, LoseIt! & MyFitnessPal.

Spécificités techniques & Design

Compatible sur iOS (iOS 8 et plus récent) et Android (5.0 et plus récent)

Leaderboard pour se challenger mutuellement avec vos amis et votre famille

Design épuré pour une navigation plus facile et plus intuitive

Badges: Soyez récompensé pour vos progrès

Disponibilité

En ligne

withings.com, amazon.fr

En magasin

Fnac et Darty