

SFR

Sony Xperia™ Z

Guide de prise en main



DAS : 0.55 W/kg



Sommaire

1- PREMIÈRES MANIPULATIONS	6
Comment insérer ma carte Micro SIM ?	6
Comment insérer ma carte Micro SD ?	7
Comment charger mon mobile ?	8
2- COMMENT BIEN DÉMARRER ?	9
Comment allumer mon mobile ?	9
Comment forcer le redémarrage de mon téléphone en cas de problème ?	10
Comment bien configurer mon mobile au démarrage ?	11
Comment activer le réseau 4G si vous avez souscrit à une offre SFR compatible 4G ?	16
Comment changer la date et l'heure ?	18
Comment personnaliser mon mobile ?	19
Comment importer mes contacts depuis la carte SIM ?	23
Comment créer un contact ?	24
Comment passer un appel ? Comment décrocher ?	25
Comment appeler la messagerie vocale ?	27
Comment écrire/envoyer un SMS/MMS ?	28
Comment supprimer un SMS/MMS ?	30
Comment activer/désactiver le Bluetooth ? le WiFi ?	31
3- COMMENT ALLER SUR INTERNET ET M'INITIER À ANDROID™ ?	34
Comment créer ou me connecter un compte Gmail™ ? (obligatoire pour accéder à Google Play™)	34

Comment paramétrer mon compte mail ?	36
Comment télécharger des applications sur Google Play™ ?	37
Comment aller sur Internet ? Et faire une recherche Google™ ?	38
Quels sont les services Google™ intégrés ?	40

4- COMMENT ACCÉDER AUX SERVICES SFR ? 42

Comment m'amuser avec SFR Jeux ?	42
Comment profiter des autres services SFR grâce à SFR Mes Applis ?	44

5- COMMENT MIEUX GÉRER MA CONSOMMATION ? 46

Comment utiliser mon mobile à l'étranger ?	46
Comment modifier mon profil de connexion en fonction de mon forfait ?	48
Comment mieux gérer ma consommation de batterie ?	50

6- MENTIONS LÉGALES 52

7- COMMENT CONTACTER SFR ? 54

- Mon site web sfr.fr	54
- Mon Service Client Mobile	55
Mon mobile et ma santé	56
Comment me rendre sur le club SFR Android ?	64

BIENVENUE

Découvrez dans ce guide tous les éléments indispensables à l'utilisation des services SFR sur votre Sony Xperia™ Z.

IMPORTANT À SAVOIR :

Pour vous offrir une expérience optimale, le terminal Sony Xperia™ Z se connecte régulièrement à des serveurs mails et internet.

Ces connexions génèrent de manière automatique et inévitable des échanges de données susceptibles de vous être facturés hors forfaits ou décrémentés d'un crédit prépayé ou d'un forfait bloqué.

Pour éviter tout souci de facturation lié à l'utilisation des services utilisant internet, il est fortement recommandé de disposer d'une offre adaptée, incluant de l'internet et des mails en illimité et de ne pas modifier les paramètres préconfigurés par défaut.

Si vous le souhaitez, une utilisation plus rapide et fluide peut se faire via WiFi. Il est notamment conseillé d'utiliser le WiFi pour le streaming ou le téléchargement de jeux, vidéos ou films volumineux.

UTILISATION A L'ETRANGER

En France, votre Sony Xperia™ Z est connecté à Internet en permanence pour vous permettre d'accéder partout et à tout moment aux services Internet mobile comme le web, les mails, la boutique d'applications Google Play™... A l'étranger, l'accès aux services d'échange de données est désactivé par défaut afin de vous éviter tout dépassement important de votre forfait lié à des frais d'itinérance. Même si cette connexion Internet est désactivée, votre smartphone reste fonctionnel (appels, Texto...).

Pour bénéficier de la messagerie électronique, de la navigation web et d'autres services depuis l'étranger, SFR vous recommande d'utiliser un point d'accès WiFi.

L'utilisation des services depuis votre Sony Xperia™ Z est soumise à conditions et peut-être payante, selon l'offre SFR souscrite. Services disponibles avec certaines offres SFR en cours de commercialisation. Détails des offres et conditions sur sfr.fr, dans les points de vente assurant la commercialisation des offres SFR et dans la brochure Tarifs des Offres SFR en vigueur.

1- PREMIÈRES MANIPULATIONS

COMMENT INSÉRER MA CARTE MICRO SIM?

- 1/** A l'aide de votre ongle glissé dans l'encoche sur le côté du téléphone, soulevez la trappe.



- 2/** Toujours à l'aide de votre ongle, faites sortir le tiroir porte SIM de couleur jaune
- 3/** Insérez la micro-SIM sur le tiroir en respectant le sens de montage, puis ré-insérez le tiroir. Prenez bien soin de fermer la trappe pour assurer l'étanchéité du terminal

COMMENT INSÉRER MA CARTE MICRO SD ?

- 1/A l'aide de votre ongle glissé dans l'encoche sur le côté du téléphone, soulevez la trappe sur laquelle est écrit « Micro SD ».**



- 2/Insérez la carte Micro SD.**

- 3/Prenez bien soin de fermer la trappe pour assurer l'étanchéité du terminal.**

COMMENT CHARGER MON MOBILE?

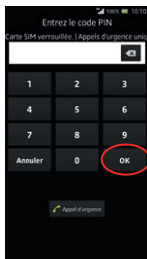
- 1/ A l'aide de votre ongle glissé dans l'encoche sur le côté du téléphone, soulevez la trappe la plus proche du bord haut du téléphone**
- 2/ Branchez la fiche micro-USB du chargeur sur le connecteur du téléphone et branchez l'autre extrémité du chargeur sur une prise de courant.**
- 3/ Prenez bien soin de refermer la trappe pour assurer l'étanchéité du terminal lorsque la charge est terminée.**

2- COMMENT BIEN DÉMARRER

COMMENT ALLUMER MON MOBILE ?



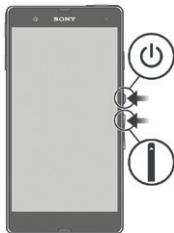
Maintenez la touche de mise sous tension (circulaire) enfoncée jusqu'à ce que l'écran s'allume.



Puis entrez le code PIN de la carte SIM et cliquez sur « OK ».

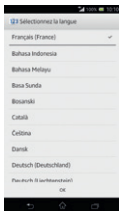
COMMENT FORCER LE REDÉMARRAGE DE MON TÉLÉPHONE EN CAS DE PROBLÈME ?

- 1/ Appuyez sur le bouton volume haut et Power en même temps pendant quelques secondes.**



- 2/ Vous pouvez relâcher les boutons lorsque l'écran se sera éteint et que le téléphone aura vibré. Il redémarrera alors automatiquement.**

COMMENT BIEN CONFIGURER MON MOBILE AU DÉMARRAGE ?



Vérifiez que « Français » est bien sélectionné et cliquez sur « OK ».



Cochez bien la case au bas de l'écran puis cliquez sur la flèche vers la droite.

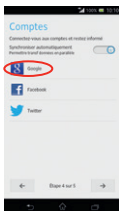


Si vous avez un accès WiFi à proximité, profitez-en pour le paramétrer dans le téléphone.

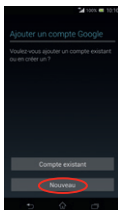
COMMENT BIEN CONFIGURER MON MOBILE AU DÉMARRAGE ?

Si vous n'avez pas encore un compte Gmail™

NB : La configuration d'un compte Gmail™ est primordiale pour pouvoir bénéficier de l'ensemble des fonctionnalités et services de votre mobile Android™ comme l'accès à Google Play™, la synchronisation des contacts ou encore de votre agenda. Nous vous recommandons de créer gratuitement un compte ou de configurer un compte existant dès le démarrage en suivant ces étapes :



Choisissez « **Google** ».

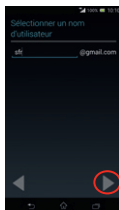


Puis Nouveau.

Si vous n'avez pas encore un compte Gmail™

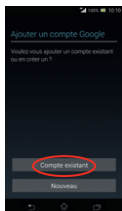


Remplissez les champs demandés.



Remplissez les champs demandés, puis cliquez sur la flèche vers la droite.

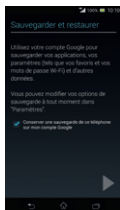
Si vous avez un compte Gmail™



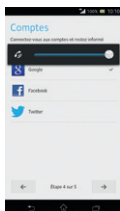
Cliquez sur « **Compte existant** ».



Entrez vos identifiants et mot de passe et cliquez sur la flèche vers la droite.



Acceptez les conditions pour conclure la création ou l'association d'un compte Google.



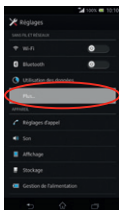
Vous pouvez associer d'autres comptes. Cliquez sur « **Terminer** » pour finir de configurer votre smartphone.

COMMENT ACTIVER LE RÉSEAU 4G SI VOUS AVEZ SOUSCRIT À UNE OFFRE SFR COMPATIBLE 4G ?

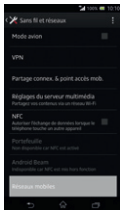
Le réseau Dual Carrier est activé par défaut sur votre mobile. Votre mobile est également compatible 4G. Pour en profiter de la 4G, vous devez avoir un forfait compatible avec option 4G activée (plus d'infos sur sfr.fr/4g).



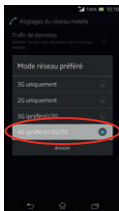
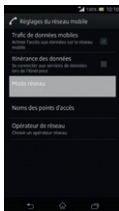
Depuis l'écran d'accueil, ouvrez le menu des applications puis sélectionnez « **réglages** ».



Appuyez sur « **Plus...** ».



Puis réseaux mobiles



Dans Mode réseau, sélectionnez 2G/3G/4G automatique.

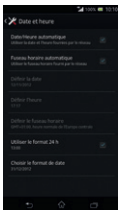
COMMENT CHANGER LA DATE ET L'HEURE ?



Depuis l'écran d'accueil, ouvrez le menu des applications puis sélectionnez « **réglages** ».



Puis sélectionnez Date et Heure.



Réglez ces paramètres à votre convenance.

COMMENT PERSONNALISER MON MOBILE ?

Comment personnaliser mon fond d'écran ?



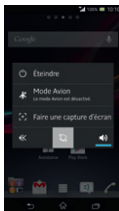
Cliquez et maintenez la pression du doigt dans une zone vide de l'écran jusqu'à ce que s'affiche les menus au bas de l'écran, puis sélectionnez « **Fond d'écran** » ou « **Thème** ».



Faites votre choix parmi la large sélection disponible par défaut.

COMMENT PERSONNALISER MON MOBILE ?

Comment actionner le mode Vibreur ?

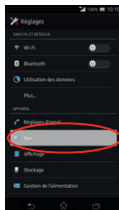


Maintenez une pression sur le bouton d'allumage/ extinction jusqu'à ce que le menu ci-dessus s'affiche. Cliquez alors sur l'icone vibreur.

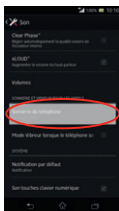
Comment personnaliser ma sonnerie ?



Depuis l'écran d'accueil, ouvrez le menu des applications puis sélectionnez « **réglages** ».



Puis sélectionnez « **Son** ».



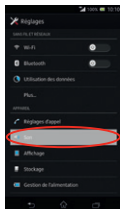
Cliquez sur Sonnerie du téléphone et choisissez votre nouvelle sonnerie dans la liste.

COMMENT PERSONNALISER MON MOBILE ?

Comment désactiver le « Bip Touche » ?



Depuis l'écran d'accueil, ouvrez le menu des applications puis sélectionnez « **réglages** ».



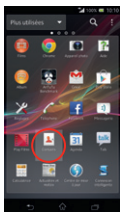
Puis sélectionnez Son.



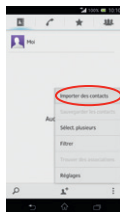
Décochez l'option Sons des touches.

COMMENT IMPORTER LES CONTACTS DE LA CARTE SIM ?

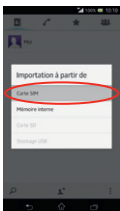
Les contacts sont automatiquement lus depuis la carte SIM mais vous pouvez les enregistrer dans la mémoire du téléphone ou sur votre compte Gmail™.



Depuis le menu des applications, sélectionnez « **Contacts** ».

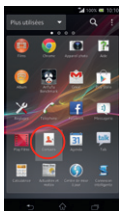


Cliquez sur la touche en bas à droite, puis sur « **Importer/ des contacts** ».

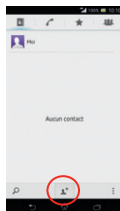


Sélectionnez « **Importer depuis la carte SIM** » puis choisissez où enregistrer les contacts. (Votre compte Gmail™ est recommandé).

COMMENT CRÉER UN CONTACT ?



Depuis le menu des applications, sélectionnez « **Contacts** ».



Sélectionnez l'icone « + » au bas de l'écran.



Remplissez les champs à votre convenance puis cliquez sur « **terminer** ».

COMMENT PASSER UN APPEL ?

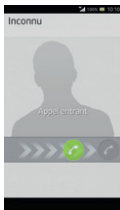
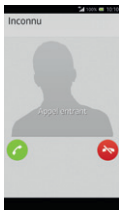


Depuis l'écran d'accueil, appuyez sur « **Téléphone** ».

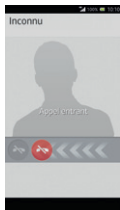


Saisissez le numéro ou le nom du contact puis appuyez sur « **Appel** ».

COMMENT DÉCROCHER UN APPEL ?



Lorsque vous recevez un appel, pour décrocher, faites glisser l'icône verte « **Répondre** » vers la droite.

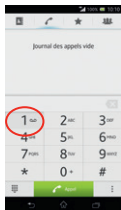


Pour refuser cet appel et le transférer à votre répondeur, faites glisser l'icône rouge « **Refuser** » vers la gauche.

COMMENT APPELER LA MESSAGERIE VOCALE ?



Depuis la page d'accueil, cliquez sur l'icône « **Téléphone** ».



Faites un appui long sur la touche 1 pour appeler directement la messagerie vocale.



Sinon, vous pouvez composer le **123** puis la touche « **Appeler** ».

COMMENT ÉCRIRE/ENVOYER UN SMS/MMS ?

Comment écrire/envoyer un SMS ?



Depuis l'écran d'accueil, appuyez sur « **Messagerie** ».



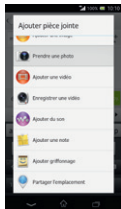
Cliquez sur « **Nouveau message** ».



Saisissez le nom ou numéro du contact, puis saisissez votre message à l'aide du clavier. Enfin, terminez en cliquant sur « **Envoy.** ».

COMMENT ÉCRIRE/ENVOYER UN SMS/MMS ?

Comment écrire/envoyer un MMS ?



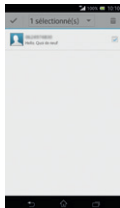
Pour envoyer un MMS, cliquez sur la touche . Puis sélectionnez l'élément à ajouter.

Enfin, terminez en cliquant sur « **Envoy.** ».

COMMENT SUPPRIMER UN SMS/MMS ?



Depuis l'écran d'accueil, appuyez sur « **Messages** ».



Faites un appui long sur la conversation ou le message à supprimer.

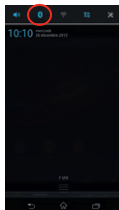


Cliquez ensuite sur la poubelle en haut à droite

COMMENT ACTIVER/DÉSACTIVER LE BLUETOOTH ?



Depuis l'écran d'accueil, faites descendre la barre de notifications vers le bas.



Faites défiler les icônes jusqu'à voir « **Bluetooth** ». Cliquez simplement sur l'icône Bluetooth pour l'activer ou le désactiver.

COMMENT ACTIVER/DÉSACTIVER LE WIFI ?



Depuis l'écran d'accueil, faites descendre la barre de notifications.



Cliquez simplement sur l'icône Wi-Fi pour l'activer ou le désactiver.

NOTES

[illegible]

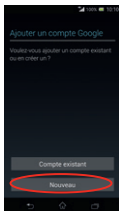
3- COMMENT ALLER SUR INTERNET ET M'INITIER À ANDROID™ ?

COMMENT CRÉER OU ME CONNECTER À UN COMPTE GMAIL™ ?

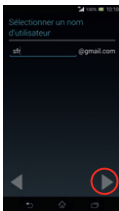
Si vous ne possédez pas de compte Gmail™ :



Depuis l'écran d'accueil, cliquez sur l'icône Gmail™



Cliquez sur «Nouveau».

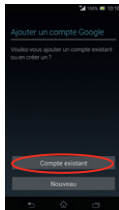


Remplissez les champs demandés, puis cliquez sur la flèche vers la droite

Si vous possédez déjà un compte Gmail™ :



Depuis l'écran d'accueil, cliquez sur l'icône Gmail™



Cliquez sur «Compte existant».



Entrez vos identifiants et mot de passe et cliquez sur la flèche vers la droite

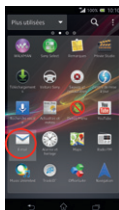
COMMENT PARAMÉTRER MON COMPTE MAIL ?

Découvrez le nouveau service gratuit de SFR et configurez votre compte mail simplement !

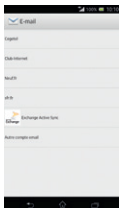
Pour cela, rendez-vous sur <https://parametrer-mon-mail.sfr.fr/sfremail/email>, et enseignez les identifiants de votre compte mail. Vous recevrez un SMS à valider et votre compte mail sera configuré en 1 clic !



Depuis l'écran d'accueil, ouvrez le menu des applications.



Cherchez puis ouvrez l'application E-Mail.



Choisissez votre fournisseur de service ou configurez manuellement votre compte

NB : Pour toute question concernant les paramètres de compte email, vous pouvez vous rendre sur assistance.sfr.fr

COMMENT TÉLÉCHARGER DES APPLICATIONS SUR PLAY STORE™ ?

Google Play™ vous permet d'accéder depuis votre mobile à un large choix d'applications gratuites ou payantes et de jeux, classés par catégories, ainsi qu'aux applications spécifiques développées par SFR.

Important !

Pour accéder à la boutique d'applications Google Play™, vous devez au préalable avoir créé un compte de messagerie Gmail™ (depuis internet : <http://mail.google.com>). Voir page 34.



Depuis l'écran d'accueil, cliquez sur l'icône « Play Store™ ».

NB : L'application va s'installer sur votre mobile, vous pourrez y accéder simplement depuis votre menu principal ou en installant le raccourci sur un de vos écrans (appui long sur l'application depuis le menu).

COMMENT ALLER SUR INTERNET ? ET FAIRE UNE RECHERCHE GOOGLE™ ?

Comment aller sur Internet ?



Depuis l'écran d'accueil, cliquez sur la barre Google.

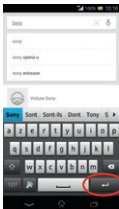


Tapez dans la barre l'adresse du site que vous souhaitez visiter.

Comment faire une recherche Google™ ?



Depuis l'écran d'accueil, cliquez sur la barre de Google™.



Tapez les mots clés de votre recherche et validez par la touche entrée, en bas à droite du clavier.



Tapez les mots clés de votre recherche et validez par la touche entrée, en bas à droite du clavier.

QUELS SONT LES SERVICES GOOGLE™ INTÉGRÉS ?

**AVEC ANDROID
ACCÉDEZ AU MEILLEUR
DES SERVICES GOOGLE™ :**



Accédez à la plus grande bibliothèque de vidéos au Monde. Envoyez, visualisez et partagez des séquences vidéos avec vos amis simplement et rapidement.



Vous aurez réponse à tout avec la recherche Google à portée de main. Essayez la recherche vocale en appuyant sur le micro dans la barre de recherche !



Naviguez sur internet à toute vitesse avec le navigateur Chrome™. Gérez vos onglets et vos favoris facilement, ou bien passez en mode privé.



Google Maps™ est votre référence cartographique. Repérez-vous à tout moment, recherchez un commerce de proximité, ou découvrez un lieu avec Streetview™. Sauvegardez vos cartes hors connexion, ou bien lancez le GPS à commande vocale pour naviguer vers votre prochaine destination.



La messagerie Gmail™ optimisée pour Android vous permettra de traiter vos emails plus efficacement que jamais. Avec Google+ gérez vos contacts par cercle, invitez jusqu'à 9 contacts pour une session de vidéo-chat.



Google Play™ est votre destination pour trouver une appli, un film ou un livre. Choisissez parmi+ de 700.000 applications de tout genre. Achetez un livre ou un film pour en profiter sur votre tablette, même hors connexion.

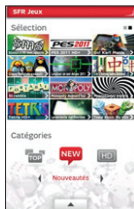
4- COMMENT ACCÉDER AUX SERVICES SFR ?

COMMENT M'AMUSER AVEC SFR JEUX ?

Découvrez un catalogue de jeux tactiles et en haute définition adaptés à votre téléphone



Depuis l'écran d'accueil, ouvrez le menu des applications, puis le dossier SFR et cliquez sur



Pour acheter un jeu, cliquez sur celui que vous souhaitez dans le catalogue.



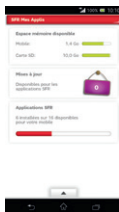
Après que le paiement soit accepté, le jeu s'installe directement sur votre mobile.

COMMENT PROFITER DES AUTRES SERVICES SFR GRÂCE À SFR MES APPLIS ?

Vous pouvez télécharger gratuitement et simplement l'ensemble des applications SFR et leurs mises à jour depuis SFR Mes Applis



Depuis le menu des applications, ouvrez SFR Mes Applis



Vous trouverez la liste des applications SFR que vous avez déjà installées, les mises à jour disponibles ainsi que la mémoire du téléphone restante.



En sélectionnant le nom d'une application, vous procédez directement à son installation ou sa mise à jour.



Vous pouvez également consulter les détails sur une application en sélectionnant ➡, puis installer l'application ou sa mise à jour.



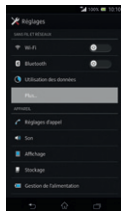
5- COMMENT MIEUX GÉRER MA CONSOMMATION ?

COMMENT UTILISER MON MOBILE À L'ÉTRANGER ?

A l'étranger, l'accès aux services d'échange de données est désactivé par défaut afin de vous éviter tout dépassement important de votre forfait lié à des frais d'itinérance. Même si cette connexion Internet est désactivée, votre smartphone reste fonctionnel (appels, Texto...).



Depuis l'écran d'accueil, ouvrez le menu des applications puis sélectionnez « **réglages** ».



Appuyez sur « **Plus...** »



Puis réseaux mobiles.



Cochez « Itinérance des données » puis validez par « OK ».

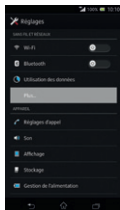
NB : N'oubliez pas de désactiver la case « **Itinérance des données** » lorsque vous avez terminé d'utiliser la DATA.

COMMENT MODIFIER MON PROFIL DE CONNEXION EN FONCTION DE MON FORFAIT ?

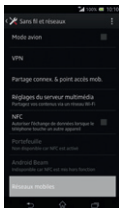
Votre mobile est paramétré par défaut pour être connecté à Internet en permanence afin de vous permettre d'accéder partout et à tout moment aux services Internet mobile comme le web, les mails, la boutique d'applications Google Play™... si vous souhaitez tout de même modifier votre profil de connexion, vous pouvez suivre ce pas à pas:



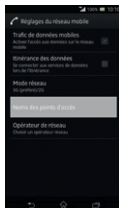
Depuis l'écran d'accueil, ouvrez le menu des applications puis sélectionnez « **réglages** ».



Appuyez sur « **Plus...** ».



Puis réseaux mobiles.



Puis « **Noms des points d'accès** ».



Sélectionnez le profil de connexion que vous souhaitez paramétrer.

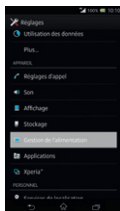
NB : Pour toute question concernant les profils de connexion, vous pouvez vous rendre sur assistance.sfr.fr.

COMMENT MIEUX GÉRER MA CONSOMMATION DE BATTERIE ?

Votre smartphone propose des mécanismes d'optimisation de la gestion de la consommation d'énergie, parmi lesquels le mode STAMINA de Sony. Attention, ce mode désactive les notifications des applications tierces lorsque l'écran est éteint. Vous pouvez toutefois définir manuellement les exceptions dans les menus adéquats. Plus d'information sur www.sonymobile.com/fr/



Depuis l'écran d'accueil, ouvrez le menu des applications puis sélectionnez « **réglages** ».



Puis « **Gestion de l'alimentation** ».



Enfin, activez le mode stamina et paramétrez vos exceptions.

6- MENTIONS LÉGALES

L'utilisation des services depuis votre Sony Xperia™ Z est soumise à conditions et peut-être payante, selon l'offre SFR souscrite. Détails des offres et conditions sur sfr.fr, dans les points de vente assurant la commercialisation des offres SFR et dans la brochure Tarifs des Offres SFR en vigueur. Téléphone utilisable uniquement avec la carte SIM de SFR. Pour l'utiliser avec la carte SIM d'un autre opérateur, rendez-vous sur l'Assistance sfr.fr et tapez « Désimlocker mon mobile » dans le moteur de recherche.

Android : Google, Gmail, Google Maps, Google Maps Navigation, Recherche Google, YouTube, StreetView, Android et Google Play ; les logos Google, Android et Google Play sont des marques commerciales de Google, Inc.

DAS (Débit d'absorption Spécifique) : Le DAS (débit d'absorption spécifique) quantifie le niveau d'exposition maximal de l'utilisateur aux ondes électromagnétiques, pour une utilisation à l'oreille pour les téléphones mobiles et pour une utilisation à proximité du corps pour les terminaux data (clés internet ou Hotspot 3G+, tablettes). La réglementation française impose que le DAS ne dépasse pas 2 W/kg.

Modification du profil de connexion. Détails des offres et conditions d'accès aux services sur le site sfr.fr, dans les points de vente assurant la commercialisation des offres SFR et dans la brochure Tarifs des Offres SFR en vigueur.

Service Mail réservé aux clients ayant souscrit une offre SFR de la gamme spéciale smartphone en cours de commercialisation. E-mails avec pièces jointes. Dans la limite des zones couvertes par les réseaux GSM/GPRS/3G/3G+ de SFR et des opérateurs étrangers ayant conclu un accord d'itinérance. Compatible avec les serveurs d'e-mails qui supportent les protocoles POP, IMAP, SMTP. Détails des offres et conditions d'accès aux services sur sfr.fr, dans les point de vente assurant la commercialisation des offres SFR et dans la brochure Tarifs des Offres SFR en vigueur.

A l'étranger, l'utilisation du service entraîne la facturation d'une session data, selon l'offre SFR souscrite.

Service SFR Jeux : Tarifs des jeux dans l'application SFR Jeux et dans la Brochure des Tarifs en vigueur. Jeux disponibles sous couvertures 3G/3G+ de SFR et avec mobile compatible 3G/3G+. Service SFR jeux réservé aux clients SFR équipés d'un mobile compatible. A l'étranger, l'utilisation du service entraîne la facturation d'une session data, selon l'offre SFR souscrite. Détails des conditions dans la brochure des tarifs en vigueur et dans les points de vente assurant la commercialisation des offres SFR.

Service SFR Mes Applis : usage gratuit en France métropolitaine (hors coût de connexion internet mobile selon l'offre SFR souscrite). Voix HD (Voix Haute Définition) disponible sous couverture 3G/3G+ et avec un mobile ayant la fonction voix HD (c'est-à-dire équipé de la technologie WB-AMR et labellisé « Voix HD »). Uniquement disponible entre correspondants clients SFR répondant à ces critères. Les appels passés en Voix HD apportent une qualité d'écoute améliorée et n'engendrent aucun surcoût tarifaire.

MON SITE WEB SFR.FR

Pour retrouver l'assistance de votre Sony Xperia™ Z, rendez-vous sur :

http://assistance.sfr.fr/mobile_support/sony-xperiaz

Assistance : retrouver des conseils pratiques, des documents utiles et les réponses à vos questions sur votre ligne SFR, votre mobile ou votre offre ADSL.

Téléphone utilisable uniquement avec la carte SIM de SFR. Pour l'utiliser avec la carte SIM d'un autre opérateur, rendez-vous sur l'Assistance sfr.fr et tapez « Désimlocker mon mobile » dans le moteur de recherche.

Espace Client : gérer et suivre votre offre ou changer de mobile. Vous pouvez également accéder à Mon Compte :

- de votre mobile en appelant **963**
(appel gratuit)
- d'un poste fixe
(prix d'un appel vers un mobile SFR) :
06 1000 1963 pour les abonnés SFR.
06 1200 1963 pour les clients Forfaits Bloqués.

Boutique en ligne Mobile et Internet : ouvrir une ligne mobile ou ADSL et bénéficier d'offres exclusives.

MON SERVICE CLIENT MOBILE

1023* du lundi au samedi de 8h - 22h

* Temps d'attente gratuit puis prix d'un appel normal en France métropolitaine depuis une ligne mobile SFR.

MON MOBILE ET MA SANTÉ

OCTOBRE 2011



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DESTÉLECOMS

**MINISTÈRE CHARGÉ
DE LA SANTÉ,
MINISTÈRE CHARGÉ
DE L'ÉCOLOGIE,
MINISTÈRE CHARGÉ
DE L'INDUSTRIE**

« Aucune preuve scientifique ne permet de démontrer aujourd'hui que l'utilisation des téléphones mobiles présente un risque pour la santé. Néanmoins, des interrogations subsistent sur d'éventuels effets à long terme.

Les autorités sanitaires recommandent donc, par précaution, de limiter son exposition aux champs électromagnétiques émis par les téléphones mobiles et propose à cet effet des actions aisées à mettre en œuvre.

Par ailleurs, quelques règles de sécurité, doivent être observées pour soi et pour les autres. En effet, téléphoner en conduisant, par exemple, augmente considérablement le risque d'accident de la route. »

**Portail d'information du Gouvernement :
www.radiofrequences.gouv.fr**

QUE DIT L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ ?

« Principaux faits :

- L'usage du téléphone portable est généralisé et on estime à 4,6 milliards le nombre des abonnés dans le monde.
- Les champs électromagnétiques produits par les téléphones portables sont classés par le Centre international de Recherche sur le Cancer dans la catégorie des cancérogènes possibles pour l'homme.
- Des études visant à évaluer plus complètement les effets potentiels à long terme de l'utilisation des téléphones portables sont actuellement en cours.
- L'OMS procédera d'ici à 2012 à une évaluation formelle du risque pour tous les effets sur la santé dus à une exposition à des champs de radiofréquences. »

« Y a-t-il des effets sur la santé ?

Un grand nombre d'études ont été menées au cours des deux dernières décennies pour déterminer si les téléphones portables représentent un risque potentiel pour la santé. À ce jour, il n'a jamais été établi que le téléphone portable puisse être à l'origine d'un effet nocif pour la santé. »

Aide-mémoire n°193 de l'OMS, juin 2011

RECOMMANDATIONS D'USAGE

Ces recommandations permettent de limiter votre exposition aux ondes radio.

Utiliser un kit oreillette (ou kit piéton) pendant les appels téléphoniques

Vous réduisez votre exposition dès que vous éloignez le mobile de votre corps (tête et tronc). Téléphoner avec un kit oreillette permet ainsi de réduire l'exposition de votre tête. Ce conseil vaut particulièrement pour les utilisateurs les plus intensifs.

Il est conseillé aux femmes enceintes qui utilisent un kit oreillette d'éloigner le mobile du ventre et aux adolescents de l'éloigner du bas ventre.

Il convient également de respecter les conditions d'usage qui sont fixées par le fabricant dans la notice de l'appareil. Celle-ci peut indiquer une distance à maintenir entre le tronc et le mobile en communication.

SÉCURITÉ ET RESTRICTIONS D'USAGE

Consulter la notice d'emploi élaborée par le fabricant

Ne pas téléphoner en conduisant

Utiliser un mobile en conduisant, avec ou sans kit mains-libres, constitue un réel facteur d'accident grave.

Téléphoner de préférence dans les zones où la réception radio est de bonne qualité

Votre mobile ajuste automatiquement sa puissance d'émission en fonction des signaux radio qu'il reçoit du réseau de votre opérateur. Quand la réception radio est de bonne qualité (4 ou 5 barrettes sur l'écran de votre téléphone), votre mobile émet plus faiblement – ce qui réduit d'autant votre exposition aux ondes radio.

Conseiller à vos enfants et adolescents une utilisation modérée du téléphone mobile

Et veiller à les informer des moyens permettant de réduire leur exposition quand ils communiquent avec leur mobile. Si des effets sanitaires étaient mis en évidence, les enfants et adolescents pourraient être plus sensibles, étant donné que leur organisme est en cours de développement.

Si vous portez un implant électronique (pacemaker, pompe à insuline, neurostimulateur...)

Éloigner le téléphone mobile d'au moins 15 cm de cet implant et utiliser le téléphone mobile uniquement du côté opposé à celui de l'implant. Il vous est recommandé de parler de ce sujet avec votre médecin car celui-ci connaît les caractéristiques de votre appareil médical.

Réglementation

En Europe, 2 W/kg est la limite à ne jamais dépasser pour l'exposition aux ondes radio de la tête et du tronc (en France, décret et arrêté du 8 octobre 2003).

Cette limite repose sur une évaluation approfondie des données scientifiques.

Tous les mobiles commercialisés en France ont l'obligation réglementaire d'avoir un DAS (Débit d'Absorption Spécifique) inférieur à 2 W/kg.

Des précautions d'usage sont définies dans l'arrêté du 8 octobre 2003.

Bon à savoir

SMS, e-mail et Internet mobile :
l'exposition aux ondes radio est très réduite.

Ces usages nécessitent que l'on regarde l'écran du téléphone mobile et par conséquent que l'on tienne le mobile éloigné de sa tête et de son tronc – ce qui réduit l'exposition.

Quand mon mobile fonctionne en 3G, je suis moins exposé qu'en 2G.

L'exposition moyenne est d'environ 1 à 2% du DAS (exposition maximale) quand le téléphone est en 3G ; elle est de 20 à 50% du DAS quand le téléphone est en 2G.

Respecter les restrictions d'usage spécifiques à certains lieux (hôpital, avion...)

Il est nécessaire de respecter les consignes de sécurité propres à certains lieux et d'éteindre votre téléphone mobile chaque fois que cela vous est demandé.

Ne pas écouter de la musique avec son mobile à pleine puissance et de façon prolongée cela peut dégrader l'audition de façon irréversible.

QUESTIONS / RÉPONSES

Oreillette filaire ou oreillette Bluetooth ?

Les deux technologies diminuent l'exposition de votre tête aux ondes radio. L'oreillette Bluetooth divise par 100 en moyenne l'exposition de la tête par rapport au DAS du mobile. L'oreillette filaire divise en moyenne cette exposition d'un facteur allant de 10 à 400 par rapport au DAS du mobile.

Qu'est-ce que le DAS ?

Le DAS ou Débit d'Absorption Spécifique quantifie le niveau d'exposition aux ondes radio. Chaque modèle de téléphone est caractérisé par un DAS maximal qui est fourni par le fabricant. Ce DAS indique le niveau maximal d'exposition quand l'appareil est contre l'oreille et fonctionne à puissance maximale. Il est indiqué sur différents supports (notice du fabricant, catalogue, boutique, sites web...).

Les accessoires « anti-ondes » pour mobiles sont-ils efficaces pour réduire l'exposition ?

Non. Ces accessoires sont au mieux sans effet sur votre exposition aux ondes radio. Ils sont contre-productifs quand ils obligent votre téléphone mobile à augmenter sa puissance d'émission.

Je me connecte à Internet avec une clé 3G+ ou une tablette. Quelle est la réglementation ? Et quelles sont les précautions d'utilisation ?

Les clés 3G+ et les tablettes sont soumises aux mêmes obligations réglementaires que les téléphones mobiles et doivent notamment avoir un DAS inférieur à 2 W/kg.

Le constructeur peut indiquer, dans sa notice, une distance à respecter entre votre tronc et la clé 3G+ ou la tablette, quand celle-ci est connectée à Internet.

POUR EN SAVOIR PLUS :

- Organisation Mondiale de la Santé : www.who.int/peh-emf/fr
- Portail gouvernemental Radiofréquences, Santé, Environnement : www.radiofrequences.gouv.fr
- Ministère de la Santé : www.sante.gouv.fr
- Agence Nationale de Sécurité Sanitaire de l'Alimentation, de l'Environnement et du Travail : www.anses.fr
- Fédération Française des Télécoms : www.fftelecom.org

La Fédération Française des Télécoms est une association, régie par la loi de 1901, qui a pour objet de promouvoir le développement durable et responsable du secteur des communications électroniques et des entreprises qui le composent, en favorisant l'innovation, l'emploi et la qualité du service rendue aux utilisateurs.

Le Collège Mobile de la Fédération traite des questions spécifiques aux mobiles et a pour membres Bouygues Telecom, Orange et SFR ainsi que M6 Mobile, NRJ Mobile, Omea Télécom (Virgin Mobile, Têlé 2 mobile, Breizh mobile, Casino Mobile), La Poste Mobile et Universal Mobile.



Fédération Française des Télécoms
11-17 rue de l'Amiral Hamelin
75016 PARIS
www.fftelecom.org



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DES TÉLÉCOMS

COMMENT ME RENDRE SUR LE CLUB SFR ANDROID ?



Vous y retrouverez des contenus exclusifs et originaux pour vous permettre de profiter du meilleur de l'expérience Android™ chez SFR :

des trucs & astuces, un forum pour répondre à toutes vos questions, des promotions exclusives et même des informations sur les mises à jour disponibles pour votre mobile ! Et bien plus encore...

Depuis mon mobile



- 1 • Depuis l'écran d'accueil, cliquez sur la barre Google.
- 2 • Tapez **Club android sfr** puis sélectionnez la suggestion Club android sfr

Depuis mon ordinateur

Depuis votre ordinateur, vous pouvez y accéder depuis :
<http://android.sfr.fr>

C € 0682

SOCIÉTÉ FRANÇAISE DU RADIOTÉLÉPHONE - SFR
Société Anonyme au capital de 3.423.265.598,40 €
343 059 564 RCS Paris