



Fitcoins - Ma récompense saine!

Manuel et foire aux questions (FAQ)

Bienvenue. Dans ce manuel, vous trouverez toutes les informations sur les Fitcoins et l'application It's My Life, et les questions fréquemment posées sont répondues. Avez-vous encore des questions après avoir lu ce manuel? Pas de soucis, contactez info@kokorobusiness.com . Nous serons heureux de vous aider !

Créer un compte

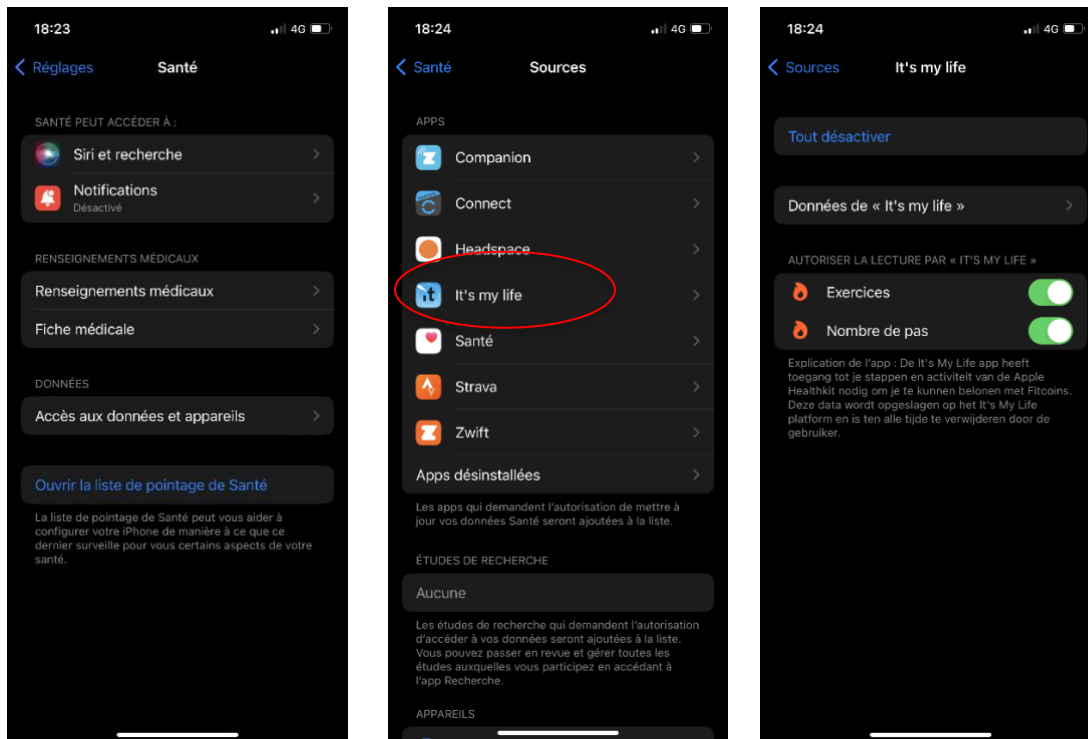
Comment créer un compte ? C'est très simple, vous pouvez suivre le plan ci-dessous pour les instructions étape par étape. Lors de la création de votre compte, il est important que vous utilisiez le code communautaire correct. Ce code communautaire est spécifique pour votre organisation.

FITCOINS®

MY HEALTHY REWARD

1. Préparation:

- Android (Samsung, etc.) : Téléchargez l'application 'Google Fit' depuis le Google Play Store et configurez ce tracker d'activité.
- iOS (Apple) : vérifiez si votre app Santé (Santé) est correctement configurée et compte les étapes.



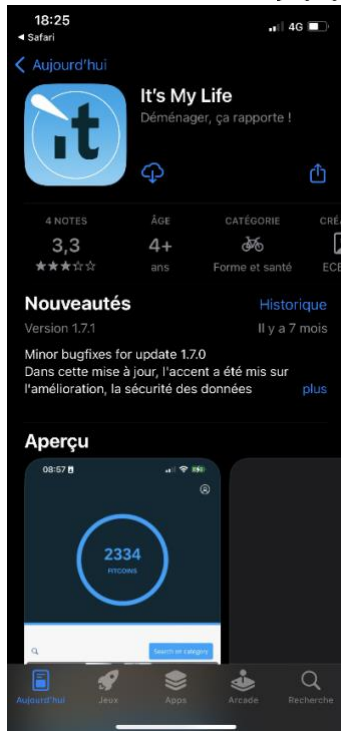
2. Comment commencer :

2. Téléchargez l'application 'It's My Life' en scannant ce code QR.



FITCOINS®

MY HEALTHY REWARD



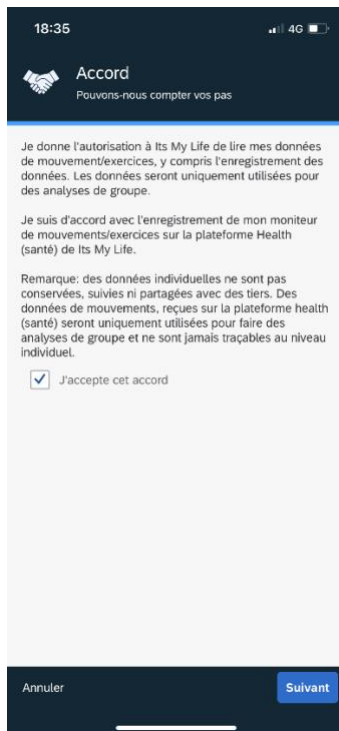
3. Inscrivez-vous en entrant votre adresse e-mail (REMARQUE: il doit s'agir de votre adresse e-mail professionnelle existante pour éviter les abus).
4. Remplissez votre nom et prénom.
5. Créez un mot de passe.

A screenshot of the registration screen for the 'It's My Life' app. The screen is titled 'Étape 1 sur 4' (Step 1 of 4) and is labeled 'Données personnelles' (Personal Data). It contains several input fields: 'Nom' (Name) with sub-fields for 'Prénom' (First Name) and 'Nom de famille' (Last Name), 'Email' (Email) with the note 'Email (utilisé pour se connecter)' (Email (used for login)), 'Mot de passe' (Password), and 'Répéter le mot de passe' (Repeat password). Below the fields, there are four error messages in red: 'X Le nom a été saisi' (Name already taken), 'X Une adresse e-mail valide a été saisie' (Valid email address already taken), 'X Le mot de passe remplit les conditions' (Password meets conditions), and 'X Correspondance des mots de passe' (Password mismatch). At the bottom, there are navigation options: 'Retour' (Back), 'Need help?', and 'Suivant' (Next).

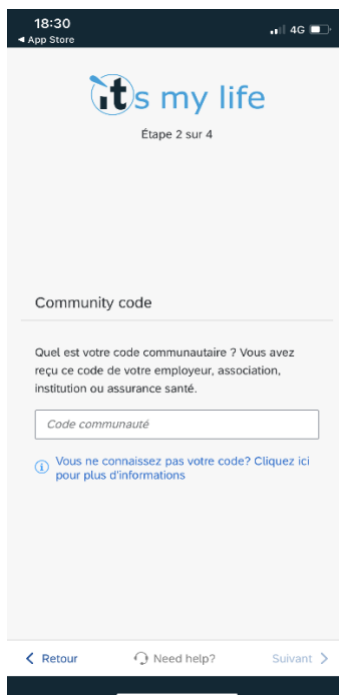
FITCOINS®

MY HEALTHY REWARD

6. Acceptez la déclaration de confidentialité et les conditions d'utilisation.



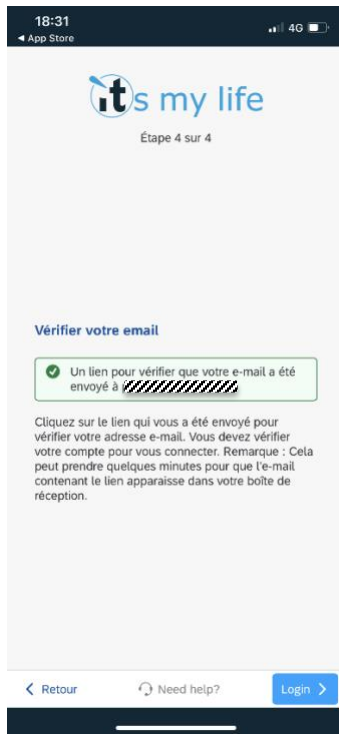
7. Entrez le code communautaire



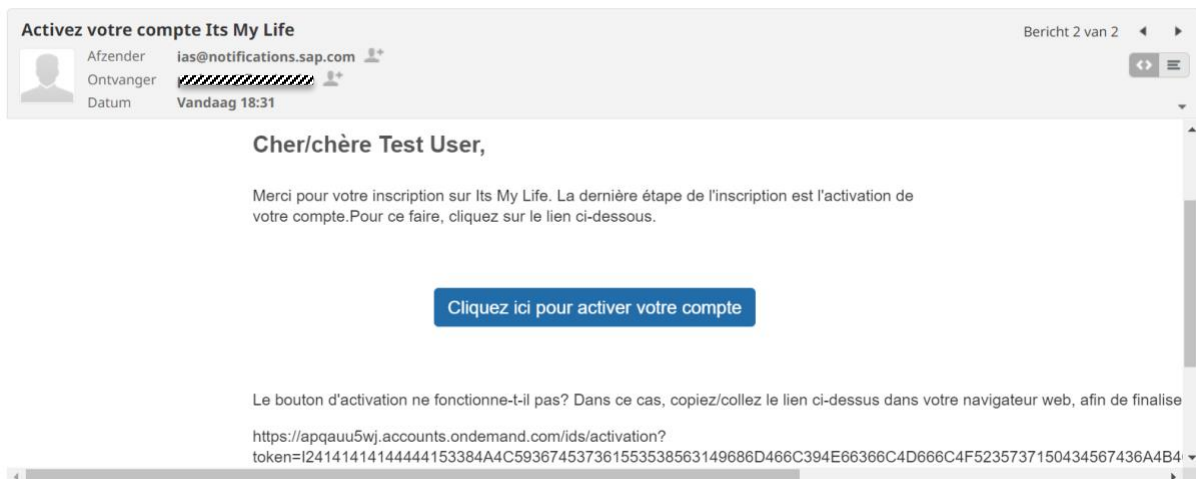
FITCOINS®

MY HEALTHY REWARD

8. Confirmez votre inscription via le lien que vous recevez à l'adresse e-mail que vous avez fournie.



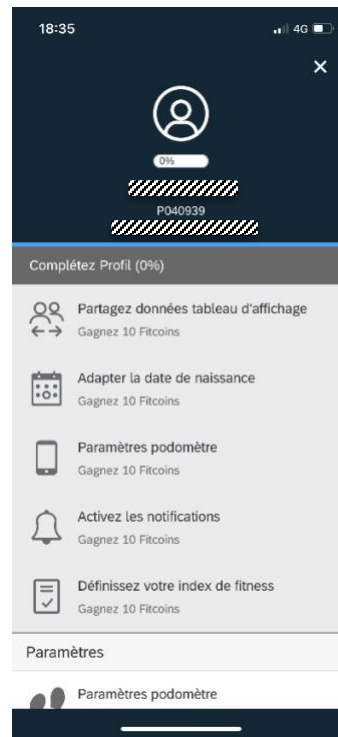
Dans votre e-mail:



FITCOINS®

MY HEALTHY REWARD

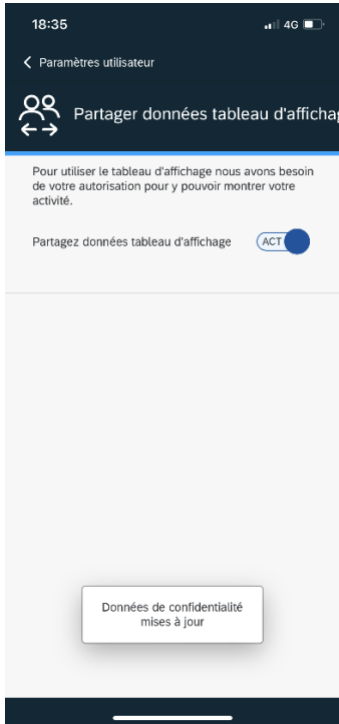
9. Cliquez sur « Commencez à gagner des Fitcoins », suivez les étapes, y compris le choix de votre langue, et complétez votre compte.



FITCOINS[®]

MY HEALTHY REWARD

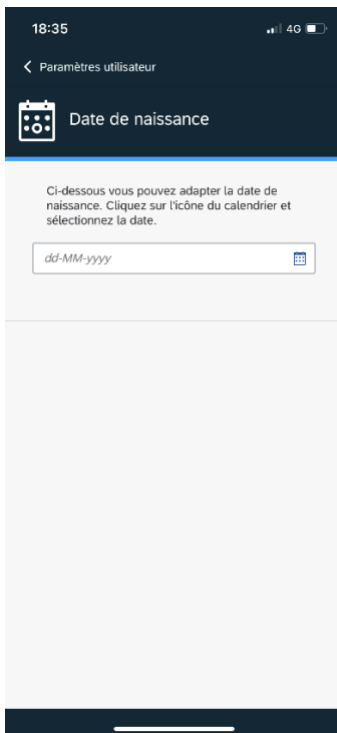
9.1. Partagez le tableau de classement - facultatif



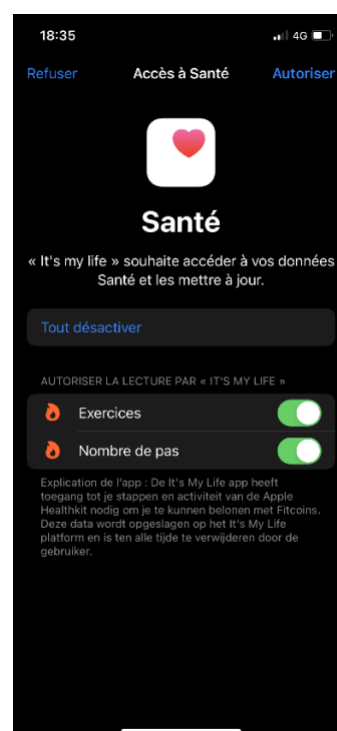
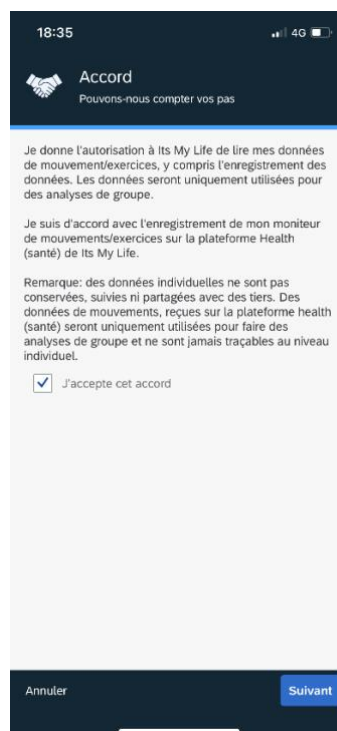
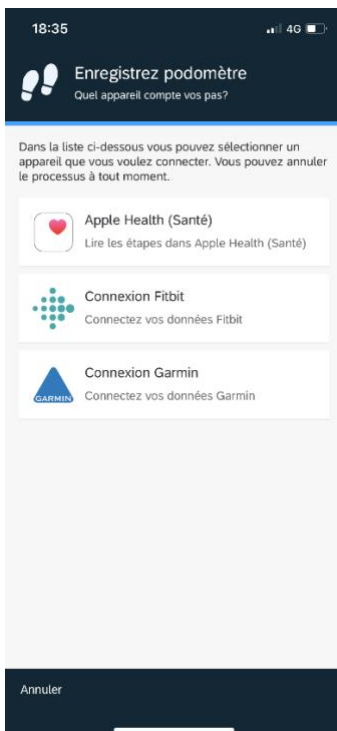
FITCOINS®

MY HEALTHY REWARD

9.2. Fixez la date de naissance

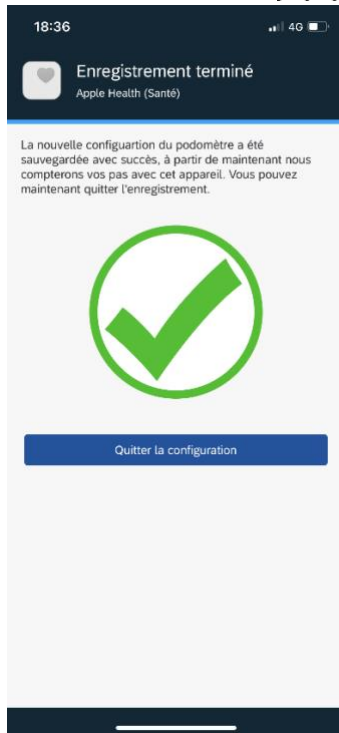


9.3. Réglez le podomètre

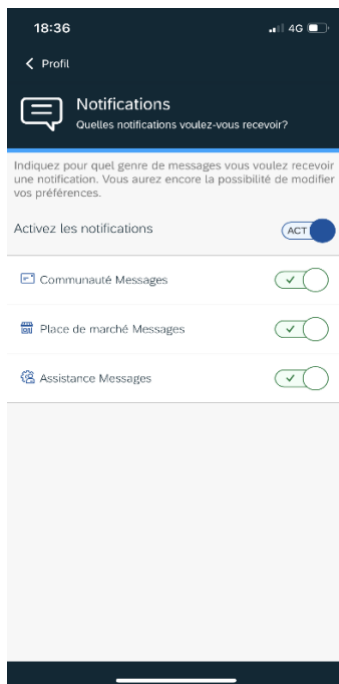


FITCOINS®

MY HEALTHY REWARD



9.4. Activez les notifications



FITCOINS®

MY HEALTHY REWARD

9.5. Définissez votre indice de forme

18:36 4G

< Paramètres utilisateur

Fit Index (index fitness) **6**

Bouger/faire des exercices a un effet positif sur votre santé. Afin de pouvoir déterminer si c'est votre cas, nous vous demandons de remplir le Fit Index. Il s'agit d'un score qui détermine comment vous estimez votre santé. Nous répétons régulièrement cette question, afin de vous donner une idée si votre santé s'améliore. Votre score personnel reste TOUJOURS privé, mais comptera lors du calcul du Fit Index moyen de votre communauté. Cette moyenne est visible dans l'aperçu de la communauté, mais uniquement à partir de 15 participants ou plus. De cette manière vos données restent sécurisées

Quelle note donneriez-vous à votre santé en ce moment (de 1 à 10)

1 10

✓ Envoyer

10. C'EST PARTI! Comptez les pas, collectez des Fitcoins et dépensez-les pour des produits et services sains et amusants! L'inscription sur l'application se fait en un rien de temps et vous pouvez commencer à marcher en un rien de temps.





3. Inscrivez des minutes de vélo sur la plateforme Its My Life

Il est possible d'enregistrer des minutes de vélo dans l'application Its My Life. Nous enregistrons actuellement des minutes de vélo via Google Fit et Apple Health. Si vous souhaitez suivre les minutes de cyclisme, assurez-vous d'avoir fait le lien dans l'application Its My Life avec Google Fit ou Apple Health. Avez-vous un podomètre Garmin ou Fitbit? Dans ce cas, connectez votre podomètre Garmin ou Fitbit à Google Fit ou Apple Health via les applications Garmin et Fitbit. Notre application lit ensuite les pas du podomètre et compte les vélos de Google Fit ou Apple Health.

Pour enregistrer des minutes de vélo, suivez les étapes ci-dessous.

Android

Lorsque vous utilisez un appareil Android, il existe deux façons d'enregistrer des vélos :

1. Lorsque votre GPS est activé par défaut et que Google Fit dispose des autorisations nécessaires, l'application suivra automatiquement la plupart des trajets à vélo. Notez que si cela s'écarte trop de votre comportement cycliste, il est préférable de mesurer manuellement, comme décrit dans l'option 2.

2. Allumez votre GPS et recherchez le signe plus coloré/couleur plus dans l'application Google Fit pour démarrer une activité. Dans le menu qui apparaît, choisissez « suivre l'activité » et sélectionnez l'activité « vélo » (assurez-vous de ne pas choisir cyclisme/vélo ou le vélo comme moyen de transport).

Dans l'écran suivant, vous choisissez de commencer la balade à vélo. Votre téléphone gardera maintenant une trace de votre itinéraire et de vos minutes de vélo via GPS. À la fin du tour à vélo, vous choisissez de vous arrêter et de sauvegarder l'activité. Vos minutes de vélo sont maintenant enregistrées.

IOS

Pour obtenir les minutes de vélo de l'application Google Fit vers l'application Its My Life, ouvrez simplement l'application Its My Life. Vos minutes de vélo seront désormais ajoutées à votre moyenne quotidienne, ainsi qu'aux Fitcoins gagnés. Bonne chance!

Via Strava, Runkeeper ou similaire

1. Commencez à installer Strava, Runkeeper ou une application similaire, et assurez-vous de définir l'une de ces applications à votre goût.

2. Assurez-vous que l'application choisie peut se synchroniser avec Apple Health, vous pouvez le trouver dans les configurations de l'application.

3. Faites le lien avec l'application vélo en ajoutant une application de vélo pour la lecture via Apple Health. Après avoir accepté l'autorisation et lu les données de cyclisme, vérifiez vos sources de paramètres > de confidentialité > de santé pour vous en assurer, et vérifiez si le cyclisme est coché dans votre application de cyclisme.

4. Allumez votre GPS, puis commencez l'activité cycliste dans Strava, Runkeeper ou une application similaire. Votre téléphone gardera maintenant une trace de votre itinéraire et de vos minutes de vélo via GPS. À la fin du tour à vélo, vous choisissez de vous arrêter et de



MY HEALTHY REWARD

sauvegarder l'activité. Vos minutes de vélo sont maintenant enregistrées. Pour transférer les minutes de vélo de l'application vélo vers l'application It's My Life, ouvrez simplement l'application It's My Life. Vos minutes de vélo seront désormais ajoutées à votre moyenne quotidienne, ainsi qu'aux Fitcoins gagnés.

Nous ne pouvons qu'encourager le cyclisme actif sur **le vélo d'appartement et les vélos de spinning!**

Malheureusement, l'application ne peut pas le faire aussi bien que nous-mêmes.

L'application a vraiment besoin d'une activité GPS pour les minutes de vélo, ce qui signifie que vous devez commencer une activité cycliste sur, par exemple, Google FIT ou Strava, et vraiment bouger.

Malheureusement, nous ne pouvons pas enregistrer le spinning au même endroit en tant qu'activité dans l'application.

Ce que vous pourriez essayer, c'est d'avoir votre téléphone portable avec vous pendant cette activité. Cherchez un endroit sur votre corps où il ne gênera pas, mais enregistrera des étapes. Si vous le faites de cette façon, les pas seront enregistrés au lieu de minutes de vélo, et vous serez toujours récompensé pour votre activité.

Pas optimal, mais un moyen d'obtenir des points.

4. Foire aux questions sur l'application It's My Life

Quelle est la configuration minimale requise pour l'application ?

Pour utiliser notre application, vous avez besoin d'au moins IOS 13 ou Android 8. Cela a été choisi parce que nous travaillons avec des données personnelles sensibles et que nous voulons rendre l'application aussi sûre que possible. Malheureusement, la sécurité de notre application ne peut plus être garantie avec les anciens systèmes d'exploitation, c'est pourquoi nous ne la prenons pas en charge.

L'application It's My Life enregistre l'activité en établissant un lien intelligent avec diverses applications d'exercice. Nous prenons en charge les podomètres Garmin, Fitbit et Apple. En plus de ces podomètres physiques, vous pouvez également utiliser votre téléphone comme podomètre. Pour ce faire, installez et utilisez Google Fit sur Android ou Apple Health sur iOS.

Pas de possibilité de lire vos pas de l'une de ces manières ? Veuillez contacter info@kokorobusiness.com , afin que nous puissions réfléchir avec vous à une solution appropriée.

Quel type de données utilisons-nous ?

L'application It's My Life ne fonctionne qu'avec les données pertinentes. L'inactivité, les pas et les minutes de vélo sont ce que nous stockons. Nous mesurons ces données avec les applications de Garmin, Fitbit, Google Fit et Apple Health. Grâce à ces applications, vous pouvez convertir votre podomètre ou votre mobile en un véritable miracle de calcul qui vous donne un aperçu de votre comportement d'exercice. Bien que nous ne stockions que les



MY HEALTHY REWARD

données de mouvement, une application peut parfois avoir besoin d'accéder aux services de localisation. Cela ne signifie pas que nous enregistrons votre position, mais est purement nécessaire pour permettre la lecture des données de mouvement.

Qu'en est-il de la vie privée?

La confidentialité de vos données est notre priorité numéro un. Nous travaillons avec les logiciels les plus récents et mettons régulièrement à jour l'application à mesure que de nouvelles exigences de sécurité sont introduites. Vos données seront les vôtres et celles de personne d'autre à tout moment. Lors de la suppression d'un compte, vos données seront effectivement supprimées, nous n'avons pas de sauvegardes dans ce cas. Nous utilisons des données anonymes pour calculer des moyennes au sein de votre entreprise ou organisation afin que nous ayons une idée des progrès. Ces moyennes ne deviennent visibles qu'avec 15 participants ou plus, de sorte que ces données ne peuvent jamais être retracées jusqu'à des personnes individuelles.

Lors de l'achat d'articles marketplace, il est possible que vos coordonnées (email, nom et prénom) soient transmises au fournisseur de l'article en question. Dans ce cas, le vendeur a le droit de vous contacter au sujet de l'article acheté.

Comment gagnez-vous des Fitcoins?

Les Fitcoins peuvent être gagnés de plusieurs façons dans notre application. Fondamentalement, vous gagnez des fitcoins en marchant et en faisant du vélo. Vous recevrez un Fitcoin pour chaque 1000 pas ou 15 minutes de vélo. En outre, vous pouvez également gagner des Fitcoins en participant à des activités (sociales, sportives, éducatives ou culturelles) organisées par votre entreprise, Kokoro Business ou d'autres fournisseurs.

Comment fonctionne l'émission de Fitcoins ?

Les Fitcoins sont émis via le marché Fitcoins. Ce marché aura des offres différentes par communauté. Avez-vous vu un article que vous aimez et que vous voulez acheter? Lisez toujours attentivement la description et le processus d'achat. Il est souvent expliqué ici comment vous pouvez éventuellement recevoir un article et ce que vous devez faire pour cela.

Comment fonctionnent les statistiques?

Les statistiques peuvent être trouvées dans notre application dans le troisième onglet. Vous remarquerez que les statistiques ici sont principalement basées sur des moyennes. Les moyennes sont calculées sur les 30 derniers jours et vous donnent une bonne idée de votre « score » par rapport à votre communauté et à vos pairs. Si vous regardez plus loin dans l'onglet, vous verrez également votre comportement assis et d'exercice des 7 derniers jours. Le comportement assis est exprimé en minutes par jour. Lorsque vous êtes assis depuis plus de 30 minutes, la minuterie de notre application commence à s'enregistrer. Nous parlons d'être inactif pendant une longue période, c'est malsain et entre en vigueur d'être inactif (assis) pendant une demi-heure. Pendant cette inactivité, votre fréquence cardiaque diminue, ce qui ralentit le transport de l'oxygène et des nutriments dans votre corps et vers votre cerveau. En outre, en raison des changements hormonaux dans le corps, plus de graisse est stockée que brûlée. À partir de 30 minutes, l'application additionne donc les minutes inactives. Lorsque l'inactivité est interrompue, l'application recommence à compter



MY HEALTHY REWARD

jusqu'à 30 minutes. Interrompez-vous ensuite le comportement inactif pendant ces 30 premières minutes ? Dans ce cas, redémarrez la minuterie et vous pouvez être à nouveau inactif pendant une demi-heure sans qu'il soit additionné. Avec cette façon de calculer, nous essayons de vous encourager à prendre un moment de mouvement de temps en temps, et de donner à votre corps ce coup de pouce dont il a si désespérément besoin. L'inactivité n'est mesurée qu'entre 7 h et 23 h.

Comment fonctionne le tableau de bord?

Au bas des statistiques, vous trouverez deux classements. Ce tableau de bord est désactivé par défaut pour protéger vos données conformément à la législation GDPR. Dans vos paramètres, vous pouvez activer le tableau d'affichage et rivaliser avec vos collègues et les membres de la communauté. Sur les classements, vous avez accès pour voir le numéro 1 et les deux participants au-dessus et en-dessous de vous dans le classement. Vous verrez une flèche verte si vous avez progressé dans le classement et une flèche orange si vous avez reculé d'une place.

Sur le tableau 1, nous conservons le classement du plus grand nombre moyen de pas effectués. Nous travaillons ici avec une moyenne de plus de 30 jours.

Dans le classement 2, nous suivons la plus grande progression des 30 derniers jours. Dans ce cas, l'application regarde combien de pas vous avez fait hier et compare cela avec votre moyenne des 30 jours précédents. Avez-vous fait 5500 pas hier et la moyenne avant cela était de 5000? Dans ce cas, vous avez une progression de 10% et vous êtes donc assez haut dans le classement.

Qu'y a-t-il sur l'onglet communauté?

Dans l'onglet communauté, vous avez accès aux chiffres moyens au sein de votre communauté. Avec l'application It's My Life, nous avons choisi de rendre toutes les données aussi transparentes que possible, ce qui signifie que vous et l'administrateur de la communauté voyez la même quantité de données. Dans l'onglet communauté, vous trouverez les moyennes de votre communauté, le classement de la communauté et les données hebdomadaires. Êtes-vous curieux de connaître votre communauté? Dans ce cas, visitez cet onglet.

Quels podomètres supportons-nous (pas) ?

Google Fit, Apple Health, Garmin et Fitbit sont pris en charge par l'application It's My Life. Cela signifie que nous avons établi une connexion solide, de sorte que les données entrent dans notre application de manière sûre et correcte.

Nous ne prenons pas en charge Samsung Health, Polar, TomTom, Withings et autres podomètres via ces connexions sûres et correctes. Nous ne pouvons donc pas garantir que ces podomètres peuvent être liés et le resteront pendant de plus longues périodes.

Certains utilisateurs ont réussi à trouver un moyen de faire fonctionner l'un de ces podomètres dans notre application, mais cela semble donner des résultats différents par utilisateur.

Ce que vous devez faire est de connecter votre podomètre à Google Fit (sur Android) ou Apple Health. C'est possible, par exemple, avec l'application 'Health Sync' sur Android. Ensuite, connectez votre Apple Health ou Google Fit (au lieu de votre podomètre).



MY HEALTHY REWARD

Cette façon de lier ne fonctionne-t-elle pas et aimeriez-vous participer à l'application It's My Life? Dans ce cas, choisissez l'un des podomètres pris en charge, nous sommes heureux de vous aider à choisir la bonne option.

Comment créer un défi ?

Nous sommes heureux de vous aider à créer un défi. Vous pouvez créer un défi en une minute avec les courtes étapes ci-dessous.

Dans le menu du défi en haut à droite, cliquez sur « nouveau défi » - Le menu du défi est le quatrième menu en bas de l'application.

Lisez les instructions et entrez un nom de défi court (maximum 15 caractères)

Choisissez s'il s'agit d'un défi collectif ou individuel :

Défi de groupe: Vous essayez de marquer une moyenne journalière avec l'ensemble du groupe de participants qui est remplie comme objectif. À la fin du défi, le groupe doit avoir fait le même nombre ou plus de pas en moyenne que l'objectif atteint. Exemple : L'objectif quotidien de 5000 est entré. La personne A marche en moyenne 4000 pas par jour pendant le défi et la personne B marche 6000 par jour. La moyenne est alors de 5000 et le défi est relevé.

Défi individuel : Qui aura la moyenne de pas la plus élevée ?! Les 3 premiers recevront une médaille numérique.

Si vous avez choisi un défi de groupe, entrez l'objectif quotidien à atteindre

Sélectionnez une date de début et une date de fin.

Sauvegardez le défi, le défi est maintenant créé.

Pour inviter des amis et des collègues, ouvrir le défi et inviter des participants via Whatsapp, ce lien peut également être partagé via d'autres canaux de communication. Dans ce cas, veuillez noter que le lien doit être ouvert sur un téléphone.

Recevez des messages de motivation pendant le défi et faites de votre mieux!

Les résultats seront connus 24 heures après la date de fin du défi. De cette façon, les participants qui devaient encore synchroniser les étapes peuvent également avoir une chance de gagner.

5. Solutions aux problèmes courants

Pas / moins de marches entrent que ce qui est marché

Bien sûr, il peut parfois arriver qu'en raison d'une mise à jour ou d'un changement de paramètres, un problème de connexion survienne, que votre mobile commence à compter à la place de votre Apple Watch ou que vous ne voyiez que la moitié de vos pas dans l'application.

Dans de nombreux cas, cela peut être résolu très rapidement et facilement. Suivez les étapes ci-dessous par podomètre et vous serez de retour sur la route en un rien de temps.

Étape 1: Ouvrez l'application It's My Life.

Dans l'application, allez dans les paramètres en haut à droite et

Ensuite, allez dans Paramètres du podomètre/

Ensuite, choisissez podomètre dans l'application It's My Life

Remplacez dans le menu podomètre:

FITCOINS®

MY HEALTHY REWARD

Étape 2: Recherchez ensuite celui que vous avez utilisé sous podomètre, et suivez les étapes.

Google Fit

Ouvrez Google Fit et regardez en haut à droite de votre profil. Trouvez votre adresse e-mail liée ici, notez qu'il peut s'agir d'une adresse e-mail différente de celle que vous utilisez pour l'application It's My Life.

Ouvrez à nouveau l'application It's My Life et accédez aux paramètres du podomètre.

Lorsque vous associez un nouveau podomètre, choisissez l'option Google Fit.

Suivez ensuite les étapes pour jumeler à nouveau votre Google Fit. Lorsque vous effectuez ces étapes, assurez-vous de sélectionner le compte Google correct que vous avez précédemment recherché dans votre application Google Fit. Donnez ensuite l'autorisation pour les autorisations d'application demandées. Nous avons besoin de ces autorisations pour réussir les étapes. Avez-vous le choix entre votre smartphone ou une montre lors de l'appairage ? Dans ce cas, choisissez votre smartphone.

Apple Health

Ouvrez Apple Health et regardez en haut à droite de votre profil. Trouvez votre adresse e-mail liée ici, notez qu'il peut s'agir d'une adresse e-mail différente de celle que vous utilisez pour l'application It's My Life.

Ouvrez à nouveau l'application It's My Life et accédez aux paramètres du podomètre.

Lorsque vous associez un nouveau podomètre, choisissez l'option Apple Health.

Suivez ensuite les étapes pour associer à nouveau votre Apple Health. Lorsque vous effectuez ces étapes, assurez-vous de sélectionner l'adresse e-mail correcte que vous avez précédemment recherchée dans votre app Apple. Donnez ensuite l'autorisation pour les autorisations d'application demandées. Nous avons besoin de ces autorisations pour mener à bien les étapes. Avez-vous le choix entre votre smartphone ou une montre lors de l'appairage ? Si vous mesurez les pas avec votre téléphone, choisissez « Smartphone » ou dans le cas d'une Apple Watch, choisissez l'option « Montre » (Watch).

Garmin

Ouvrez l'application Garmin et recherchez votre adresse e-mail enregistrée dans vos paramètres, notez qu'il peut s'agir d'une adresse e-mail différente de celle que vous utilisez pour l'application It's My Life.

Ouvrez à nouveau l'application It's My Life et accédez aux paramètres du podomètre.

Lorsque vous associez un nouveau podomètre, choisissez l'option Garmin.

Suivez ensuite les étapes pour jumeler à nouveau votre Garmin. Lorsque vous effectuez ces étapes, assurez-vous que vous vous connectez avec la bonne adresse e-mail. Vous vous connectez ici avec l'adresse e-mail utilisée dans l'application Garmin. Ensuite, donnez l'autorisation pour les autorisations d'application demandées. Nous avons besoin de ces autorisations pour mener à bien les étapes.

Fitbit

FITCOINS®

MY HEALTHY REWARD

Ouvrez l'application Fitbit et recherchez votre adresse e-mail enregistrée dans vos paramètres, notez qu'il peut s'agir d'une adresse e-mail différente de celle que vous utilisez pour l'application It's My Life.

Ouvrez à nouveau l'application It's My Life et accédez aux paramètres du podomètre.

Lorsque vous associez un nouveau podomètre, choisissez l'option Fitbit.

Suivez ensuite les étapes pour jumeler à nouveau votre Fitbit. Lorsque vous effectuez ces étapes, assurez-vous que vous vous connectez avec la bonne adresse e-mail. Vous vous connectez ici avec l'adresse e-mail utilisée dans le Fitbit app.

Donnez ensuite l'autorisation pour les autorisations d'application demandées. Nous avons besoin de ces autorisations pour mener à bien les étapes.

Étape 3 :

Si le lien a été rétabli avec succès, vous verrez votre podomètre au lieu d'un point d'interrogation. Après cela, vous n'avez pas besoin de cliquer à nouveau sur « Remplacer le podomètre », mais vous pouvez revenir au menu principal tout de suite en haut à gauche. Cliquez ensuite sur la croix en haut à droite pour revenir à l'écran principal.

Google Fit/ Apple Health

Maintenant, regardez dans l'écran principal (au cercle avec les Fitcoins) si vous voyez des boules bleues se déplacer en haut. Ceux-ci devraient disparaître dans les 3 minutes. Une fois les points disparus, vérifiez si vos Fitcoins ont été crédités en balayant brièvement vers le bas. Les balles vont maintenant réapparaître brièvement et vos Fitcoins seront mis à jour. De plus, dans les statistiques de la semaine dernière, vous devriez maintenant voir les étapes et l'inactivité.

Est-ce que les balles continuent à bouger ? Informez notre service d'assistance via support@itsmylife24.nl et nous résoudrons le problème ensemble.

Garmin/Fitbit

Maintenant, allez à l'application Garmin / Fitbit et synthétisez votre podomètre avec cette application. Attendez quinze minutes, puis ouvrez à nouveau l'application It's My Life. Vos Fitcoins devraient maintenant être mis à jour. De plus, dans les statistiques de la semaine dernière, vous devriez maintenant voir les étapes et l'inactivité.

N'est-ce pas le cas? Veuillez réessayer plus tard dans la journée, cela peut parfois prendre un peu plus de temps pour que la première connexion soit établie. Si cela ne fonctionne pas non plus, informez-en notre service d'assistance via support@itsmylife24.nl , et nous nous attaquerons au problème ensemble.

Plus d'accès à votre compte

Parfois, une mise à jour ou une modification des paramètres entraîne votre déconnexion, puis l'impossibilité de vous connecter. Cela peut être lié à un mot de passe perdu, mais peut aussi être dû au stockage de vos données par votre mobile. Dans les étapes ci-dessous, nous expliquons comment vous pouvez revenir dans l'application le plus rapidement possible.

En tant que participant Android, vous souffrez souvent du problème de mémoire. Les appareils Android gèrent la mémoire d'une façon un peu différente et stockent donc parfois une erreur. Cependant, ce problème peut être résolu rapidement en effaçant votre mémoire de travail (cache) de l'application It's My Life.



MY HEALTHY REWARD

1. Allez d'abord dans les paramètres de votre téléphone et trouvez le menu « applications »
ici
2. Trouvez l'application It's My Life ici, cliquez dessus et ouvrez le menu de sauvegarde de cette application
3. Faites défiler vers le bas et recherchez le bouton « Effacer les données »
4. Effacez les données de notre application et redémarrez l'application It's My Life
5. Entrez l'adresse e-mail où vous avez un compte It's My Life
6. Entrez ensuite le mot de passe et appuyez sur continuer. Veuillez noter que si vous devez entrer votre prénom et votre nom, vous créez un nouveau compte et vous n'avez pas entré la bonne adresse e-mail.
7. Si vous ne parvenez toujours pas à vous connecter, appuyez sur « annuler », après quoi vous revenez et le bouton « mot de passe oublié » apparaît
8. Appuyez sur le bouton, entrez votre adresse e-mail et vous recevrez un lien de récupération dans votre e-mail.

Si ces étapes ne vous permettent pas d'accéder à l'application It's My Life, veuillez contacter support@itsmylife24.nl et nous serons heureux de vous aider à vous remettre sur la bonne voie.