

Bilan de ma consommation de téléphone



Pour visualiser le temps passé devant votre téléphone, sous Android, allez dans Paramètres/Bien-être numérique et contrôle parental. Puis cliquez sur le nombre d'heures faites aujourd'hui pour avoir les données suivantes

	Aujourd'hui	Objectif
Temps d'utilisation		
Notifications reçues		
Nombre d'ouvertures		
Application 1 Temps passé		
Application 2 Temps passé		
Application 3 Temps passé		

Lorsque vous demandez vos statistiques, le téléphone commence à minuit. Donc en fonction de l'heure de la journée où vous regardez, il est plus judicieux de se référer aux données de la veille. Pensez à regarder aussi celles du weekend, il se peut que vous passiez beaucoup plus de temps devant les écrans à ce moment là

Notes