

SelfCare¹

Wellness is Worth Sharing



By Family Self Care

AVANT DE COMMENCER

Prenez un instant pour vous féliciter d'avoir fait un grand pas vers le bien-être au naturel en faisant l'acquisition de SelfCare1®. Avant de profiter des bienfaits du pouvoir des plantes, veuillez lire attentivement les instructions de cette notice.



LIRE TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT UTILISATION.

CE PRODUIT DOIT UNIQUEMENT ETRE UTILISE COMME DECRIT DANS LE PRESENT MANUEL.

AUCUNE MODIFICATION DE CET APPAREIL N'EST AUTORISÉE.

Sécurité

PRECAUTIONS D'EMPLOI DE L'APPAREIL

L'appareil ne doit pas être utilisé par des personnes (y compris des enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou des personnes dénuées d'expérience ou de connaissance, sauf si elles ont pu bénéficier, par l'intermédiaire d'une personne responsable de leur sécurité, d'une surveillance ou d'instructions préalables concernant l'utilisation de l'appareil. Il convient de surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.



Cet appareil peut être utilisé par des enfants âgés de 8 ans et plus et les personnes manquant d'expérience et de connaissances ou dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, si elles ont été formées et encadrées quant à l'utilisation de l'appareil d'une manière sûre et connaissent les risques encourus. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. Le nettoyage et l'entretien par l'utilisateur ne doivent pas être réalisés par des enfants sans surveillance.

Ne jamais placer l'appareil en contact avec l'eau, ni dans une salle de bain. Le tenir éloigné de toute source d'humidité ou de chaleur (chauffage, radiateur, exposition directe au soleil).

Débrancher l'appareil en cas d'orage.

Cet appareil est pourvu d'une connexion de terre uniquement à des fins fonctionnelles.



En cas d'anomalie du distributeur ou du câble d'alimentation, débrancher immédiatement l'appareil et contacter le SAV de Family Self Care.

Vérifier que votre alimentation électrique est conforme aux recommandations indiquées sur le distributeur. Seul le câble d'alimentation fourni avec votre SelfCare1® doit être utilisé pour son branchement.

Placer l'appareil sur une surface plane, horizontale et stable.

Placer l'appareil dans une pièce entre 10°C et 35°C de température ambiante et avec un taux d'humidité de 65 % maximum (Il est déconseillé de le placer dans votre salle de bain).

Utiliser exclusivement les cartouches SelfCare1®. Elles ont été conçues pour un fonctionnement optimal de l'appareil.

Pour nettoyer l'appareil, ne pas employer de produits détergents ou abrasifs, ne pas immerger, cela provoquerait des dommages et des dysfonctionnements électriques irréversibles. Éteignez et débranchez l'appareil avant de le nettoyer.

Ne pas essayer de réparer ou de démonter l'appareil. Cela peut l'endommager.

DECLARATION DE CONFORMITE FCC (FEDERAL COMMUNICATION COMMISSION)

Informations FCC destinées aux utilisateurs américains :

Cet appareil respecte la section 15 des directives FCC.

Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes :

1. Cet appareil ne doit pas causer d'interférences nuisibles.
2. Cet appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris des interférences susceptibles d'occasionner un fonctionnement non souhaité.

Cet appareil a fait l'objet de tests et respecte les seuils autorisés pour les appareils numériques de classe B, conformément à la section 15 des règles de la FCC. Ces limites sont conçues dans le but d'assurer une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans les installations résidentielles. Cet appareil génère, utilise et peut émettre des fréquences radioélectriques et, s'il n'est pas installé et employé conformément aux instructions, risque de provoquer des interférences radio. Il n'existe aucune garantie contre ces interférences.

En cas d'interférences radio ou télévisuelle, pouvant être vérifiées en éteignant et en rallumant l'appareil, l'utilisateur est invité à essayer de résoudre le problème de l'une des façons suivantes :

- Réorienter ou déplacer l'antenne de réception ;
- Eloigner l'appareil du poste de réception ;
- Brancher l'appareil sur une prise électrique appartenant à un circuit électrique différent de celui sur lequel est branché le récepteur ;
- Prendre contact avec un vendeur ou un technicien radio / TV expérimenté pour obtenir de l'aide.

PRECAUTIONS D'USAGE DES HUILES ESSENTIELLES

Ne pas utiliser chez l'enfant de moins de 7 ans, chez la femme enceinte et allaitante, chez les personnes atteintes d'épilepsie et en cas d'allergie aux molécules aromatiques.

Éviter le contact avec les zones sensibles, telles que les yeux. En cas d'absorption ou de projection oculaire accidentelle, ingérer ou appliquer une huile végétale recommandée par Family Self Care, pour diluer l'huile essentielle et contacter le centre antipoison.



Ne pas prolonger l'usage au-delà de 3 semaines, ne pas augmenter les doses et consulter un médecin si aucune amélioration notable n'est constatée dans les premiers jours.

À conserver hors de la portée des enfants, de la chaleur et de l'humidité.

Bien respecter les conseils d'utilisation de l'application SelfCare1®.

Toujours bien se laver les mains après une application locale.

Conserver les cartouches d'huiles essentielles de préférence à l'abri de la chaleur, de l'humidité et des trop grandes variations de températures. Garder la cartouche dans son état d'origine.

TABLE DES MATIERES

Découvrir SelfCare1®	6
Le coffret SelfCare1®	7
Présentation	8
Description	8
Caractéristiques techniques	8
Première utilisation du SelfCare1®	9
Raccordement	9
Installation de la cartouche et du récipient	9
Appairage avec l'application SelfCare1®	12
Présentation de l'écran d'accueil	14
Pictogrammes	14
Principes de fonctionnement.....	15
Expérience globale.....	15
Expérience étape par étape.....	16
Fin d'utilisation du SelfCare1®	17
Notification, Calendrier et Feedback.....	18
Conservation et remplacement de la Cartouche SelfCare1®.....	19
Désinstallation de la cartouche SelfCare1®.....	19
Commande de la Cartouche SelfCare1®.....	20
Entretien	20
Entretien du récipient	20
Entretien du SelfCare1®	21
Recyclage du SelfCare1® et de Sa cartouche	21
Dépannage	22
Conditions de garantie	24
Contact	24

Découvrir SelfCare1®

Family Self Care a créé votre SelfCare1® pour placer la technologie et la science au service de votre équilibre naturel et de celui de vos proches.

Pour vous guider pas à pas dans l'utilisation de votre SelfCare1®, des tutoriels sont disponibles sur le site www.familyselfcare.com.

Retrouvez également sur notre site, tous nos conseils et nos produits.

Dosage précis

Obtenez le mélange d'huiles adapté à vos besoins, avec le dosage qui vous convient.



Simple d'usage

SelfCare1® délivre la formulation adaptée à votre demande et vous informe sur les possibilités d'usage.

Suivi personnalisé

Vous pouvez suivre l'historique de toutes vos prises, garder vos annotations et résultats.



Validé par des experts

Notre comité d'experts médecins et pharmaciens aromathérapeutes ont validé les formulations proposées.

Les huiles essentielles contenues dans les cartouches SelfCare1® ont été sélectionnées par un comité scientifique et proviennent des meilleurs acteurs de l'agriculture biologique de France. Elles sont cultivées dans le respect total de la plante et de l'écosystème. Les huiles essentielles ont une action puissante et rapide car elles ont le pouvoir de traverser la barrière cutanée pour se diffuser dans l'organisme.

En raison de leur composition biochimique complexe, les huiles essentielles ont des propriétés multiples prises en compte par les programmes du SelfCare1®. C'est pourquoi, le SelfCare1® est en capacité de vous proposer de nouveaux mélanges si une huile essentielle venait à manquer.

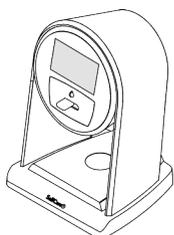
Le coffret SelfCare1®

Lors du déballage :

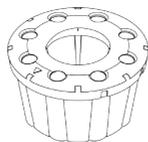
- Retirer et manipuler avec précaution le SelfCare1®.
- Retirer les éventuels adhésifs de protection de sa surface.
- Retirer les accessoires du coffret.

Avant utilisation, s'assurer que le SelfCare1® et ses accessoires n'ont pas été endommagés.

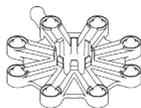
Les différents éléments contenus dans le coffret SelfCare1® sont les suivants :



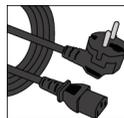
Le distributeur
SelfCare1®



La cartouche
unique



L'obturateur



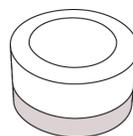
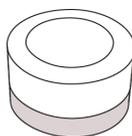
Fiche
européenne

Le cordon
électrique



Le flacon d'huile végétale

Le flacon d'huile végétale permet, à l'aide de sa pipette, de déposer dans le récipient le nombre préconisé de gouttes.

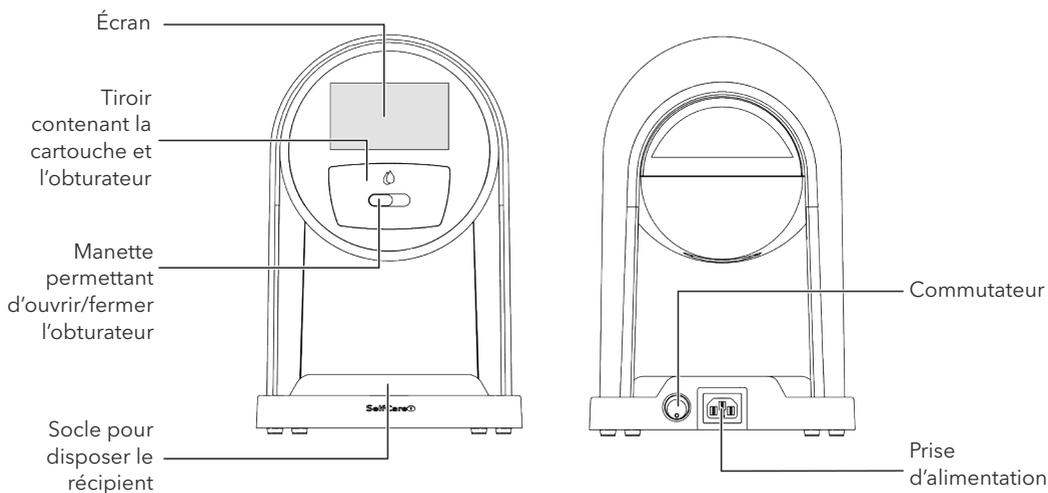


2 récipients en verre

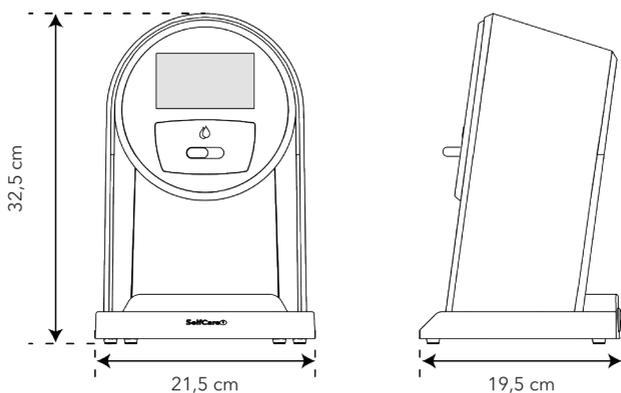
Le récipient permet de réceptionner et de stocker les gouttes d'huiles essentielles et d'huile végétale lors de leur distribution. Il contient un opercule plastique pour protéger la solution.

Présentation

DESCRIPTION



CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES



SelfCare1®	Poids	1,8 kg
	Alimentation électrique	110-220 VAC - 50-60 Hz
Cordon électrique	Diamètre enroulé	11 cm
	Poids	170 g

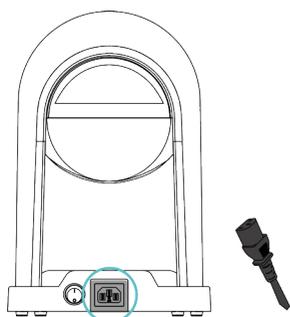
Première utilisation du SelfCare1®

RACCORDEMENT

Emplacement du SelfCare1® : nos études nous ont montré que son utilisation la plus optimale se trouve dans la cuisine, le salon ou la chambre à coucher.



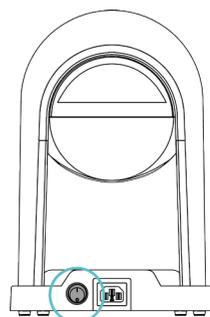
S'assurer que le câble secteur est correctement enfoncé et branché à l'appareil avant de le raccorder à la prise secteur.



1 - Raccorder le câble secteur à l'arrière du SelfCare1®.



2 - Brancher le câble secteur sur une prise secteur.



3 - Faire basculer le commutateur sur ON pour mettre la machine sous tension.

4 - Vérifier que l'écran s'allume.

La machine est prête à être utilisée immédiatement.



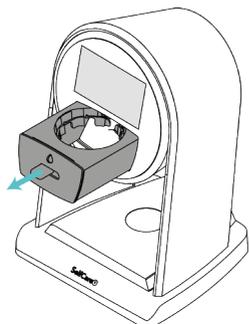
À chaque mise sous tension, l'appareil s'assure qu'aucune recette n'a été interrompue et vérifie l'absence de surchauffe des composants.

INSTALLATION DE LA CARTOUCHE ET DU RECIPIENT



Utilisez uniquement des cartouches SelfCare1® avec votre machine. Les cartouches sont scellées pour votre sécurité, ne tentez pas de les ouvrir. Garder la cartouche dans son état d'origine pour un bon fonctionnement.

1

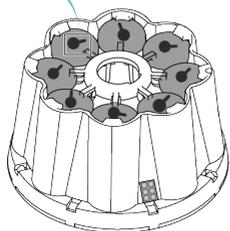


Pour cette étape, maintenir la machine pour éviter qu'elle ne bascule ou ne tombe.

Pour retirer le tiroir :

- Maintenir la manette et faire glisser manuellement le tiroir vers vous pour le retirer.

2

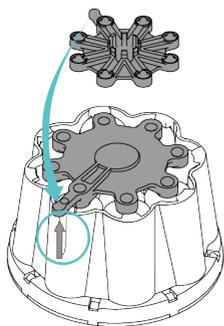


La cartouche est équipée d'une puce électronique. Cette cartouche est remplie et scellée de 8 fioles d'huiles essentielles bio prêtes à l'emploi. Les informations de traçabilité de la cartouche et de ses 8 huiles sont encodées dans la puce électronique.

Pour préparer la cartouche :

- Retirer la cartouche de son emballage sans la secouer.
- Retourner la cartouche de façon à placer les opercules vers le haut.
- Retirer délicatement et proprement les 8 opercules qui protègent les orifices de chaque fiole.
- Vérifier qu'il ne subsiste pas de résine végétale sur chacun des orifices des fioles.

3



-Positionner l'obturateur sur le fond de la cartouche en plaçant sa tige à la hauteur de la flèche indiquée sur le corps de la cartouche.

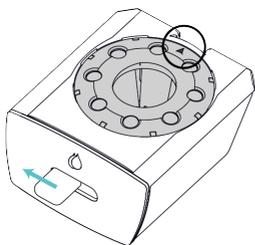
-Clipser l'obturateur sur la cartouche.

Votre cartouche est prête à être utilisée.



Une marque sur la cartouche vous permet de placer l'obturateur dans le bon sens.

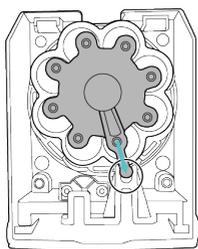
4



Retourner la cartouche puis :

- Vérifier que la manette du tiroir soit glissée vers la gauche (obturateur en position fermée) et la maintenir dans cette position.
- Placer la cartouche désoperculée dans le tiroir en positionnant le repère triangulaire vers l'arrière du tiroir.
- De la sorte, la puce électronique de la cartouche s'alignera sur le capteur du Self-Care1®.

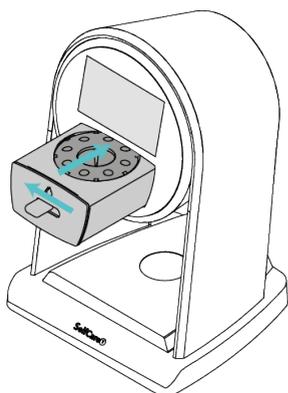
5



Si un problème de manipulation de l'obturateur apparaît :

- Retourner la cartouche placée dans son tiroir.
- Vérifier que l'ergot de son obturateur est correctement enclenché dans la glissière de la manette du tiroir.

6



Pour cette étape, maintenir la machine pour éviter qu'elle ne bascule ou ne tombe.

Insérer le tiroir avec sa cartouche correctement positionnée dans la machine et le refermer en l'enfonçant doucement.



Un déclic sonore indique que le tiroir est correctement enclenché.

APPAIRAGE AVEC L'APPLICATION SELF CARE1®

Pour fonctionner, l'application nécessite une connexion internet correcte.



L'application et votre SelfCare1® doivent être appairés pour démarrer la distribution.

1 - Télécharger l'application SelfCare1® pour smartphone ou tablette sur l'App Store (iOS) ou Google Play (Android). À l'installation ou au premier lancement, l'application va vous demander l'autorisation d'accéder à votre Bluetooth, éventuellement à votre localisation et aux notifications. Pensez à valider toutes ces demandes pour que l'application fonctionne correctement.



2 - Créer un compte et un profil en suivant les instructions de l'application. Il vous est aussi possible de créer plusieurs profils sur votre application mobile. Il vous suffira de cliquer sur votre profil, de changer de profil, d'en créer un nouveau en suivant les mêmes instructions.



3 - Lors du renseignement de votre date de naissance, commencer par l'année puis continuer avec le mois et le jour.

4 - Sélectionner et enregistrer vos contre-indications. (Cette étape est capitale car les mélanges personnalisés et micro dosés qui vous seront proposés seront adaptés avec précaution à vos besoins).

5 - Enregistrer si nécessaire vos intolérances pour certaines huiles essentielles en les excluant dans le menu associé dans votre profil.

6 - Activer le Bluetooth et la localisation de votre Smartphone.

7 - Allumer le SelfCare1®.



8 - Accéder à la page de connexion.



9 - Rechercher des appareils.



10 - Cliquer sur l'appareil à utiliser.

11 - Si le SelfCare1® n'a jamais été appairé, l'écran « Appairage Bluetooth » s'affiche et un code PIN apparaît pendant 30s sur l'écran du SelfCare1®. Entrer le code PIN sur votre Smartphone.



Si l'appareil n'a jamais été appairé, il est possible que les textes affichés soient en anglais. Une fois l'appairage effectué, vous pouvez modifier la langue de l'appareil via l'application SelfCare1® en vous rendant dans le « Menu » en bas de l'écran principal et en cliquant sur « Paramètres ».

L'appareil gardera cette configuration de langue tant que la langue de votre smartphone ne changera pas.



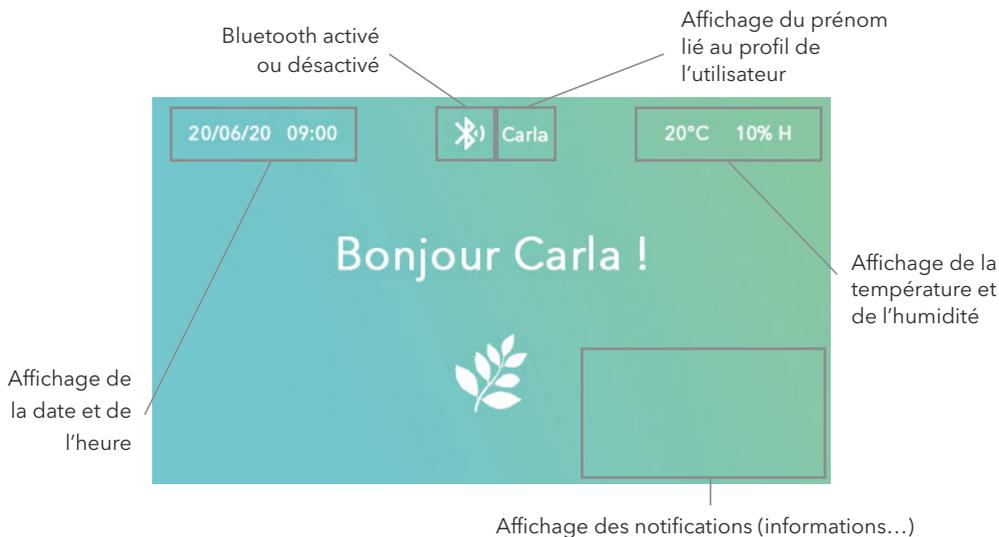
Il est possible que votre application indique qu'une mise à jour se lance. Dans ce cas, ne quittez pas votre application et n'éteignez pas votre SelfCare1®. Cette mise à jour peut durer jusqu'à 3 minutes.

Une fois votre SelfCare1® et votre Smartphone appairés, à chaque nouvelle mise sous tension de l'appareil, l'écran du SelfCare1® affichera directement le message suivant : « Comment allez-vous aujourd'hui ? ».

12 - Une fois la synchronisation établie, l'écran d'accueil apparaît.



PRÉSENTATION DE L'ÉCRAN D'ACCUEIL



PICTOGRAMMES

NOTIFICATIONS DES ERREURS



Erreur système.
Redémarrer la machine
Si l'erreur persiste,
contacter le SAV.



Notification d'une
erreur (se référer à la
partie Dépannage)

STATUT DE LA CONNEXION BLUETOOTH



Bluetooth activé



Bluetooth désactivé

PROGRESSION DE LA PREPARATION



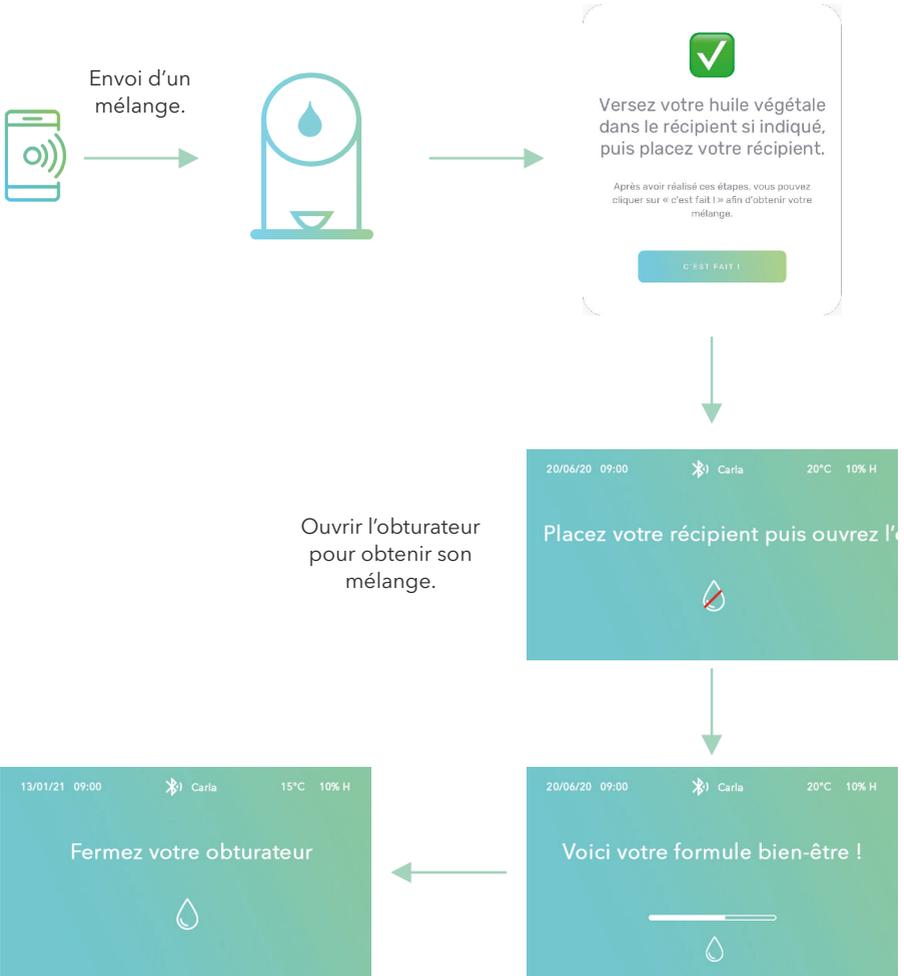
Barre de progression
de la préparation



La préparation
est prête

Principes de fonctionnement

EXPÉRIENCE GLOBALE



La quantité d'huiles essentielles distribuée doit être cohérente au nombre de gouttes annoncées par le programme.

Attention le calibrage des gouttes distribuées par le SelfCare1® est extrêmement précis : des gouttes microdosées peuvent être difficiles à voir à l'œil nu.

En cas de distribution excessive qui vous semble supérieure à la quantité attendue, arrêter l'utilisation de votre SelfCare1® et contacter le SAV.

EXPÉRIENCE ÉTAPE PAR ÉTAPE



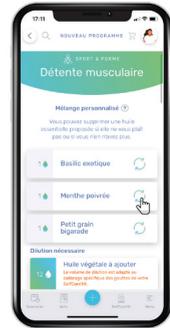
1 - Cliquer sur l'icône + et accéder aux programmes proposés.

2 - Sélectionner votre thème (vous pouvez aussi effectuer cette sélection en l'inscrivant dans l'icône recherche située en haut à gauche de votre écran).

3 - Choisir votre programme. Cliquer sur celui-ci et suivre la marche à suivre.

4 - Votre programme apparaît vous indiquant :

- les huiles essentielles utilisées,
- le nombre de gouttes délivrées,
- ainsi que le nombre éventuel de gouttes d'huile végétale à déposer dans le récipient en verre, avant de le placer sur le socle de votre SelfCare1® pour recevoir le mélange microdosé.



5 - Il vous est possible de modifier les huiles essentielles proposées pour obtenir un autre mélange.

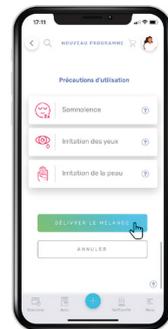
6 - Dérouler la page.



7 - Un ou plusieurs modes d'utilisation vous sont proposés.



8 - Une ou plusieurs prises sur une ou plusieurs journées vous sont recommandées.



9 - Lire les précautions d'utilisation qui sont indiquées.

- 10 - Dévisser le couvercle du récipient et retirer le cache plastique.
- Retirer l'opercule de protection.
 - Verser le nombre de gouttes d'huile végétale préconisées.
 - Placer le récipient sur le socle.

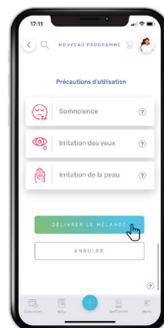


Votre SelfCare1® et votre application vous indiquent d'ouvrir l'obturateur en glissant la manette du tiroir vers la droite. Vous verrez apparaître une marque verte en forme de goutte.

- 11 - Cliquer sur « délivrer le mélange ».
- Prendre votre mélange microdosé .

12 - Après avoir reçu votre mélange microdosé, votre SelfCare1® et votre application vous demanderont de refermer l'obturateur en glissant la manette vers la gauche.

Lorsque votre SelfCare1® est inutilisé, penser à toujours refermer l'obturateur. Cette action a pour fonction de garder intactes vos huiles essentielles. Après chaque mélange délivré, penser toujours à nettoyer à l'eau chaude du robinet votre récipient pour éviter que d'autres solutions se mélangent à la précédente.



Si le programme vous indique une application cutanée, vous pouvez aussi déposer des gouttes d'huile végétale dans le creux d'une de vos mains.

- Placer ensuite votre main sous la machine
- Ouvrir l'obturateur.
- Faites-vous délivrer le mélange.

Fin d'utilisation du SelfCare1®

Une fois que l'utilisateur arrête d'utiliser l'application SelfCare1®, celle-ci va automatiquement se déconnecter de la machine.

 Votre SelfCare1® et votre Smartphone resteront connectés tout au long de la préparation d'une recette, même si vous n'utilisez pas votre Smartphone.

La machine va automatiquement couper la connexion avec toute application Selfcare1® connectée au bout de 10 minutes. Enfin, la machine se met en veille.

En mode veille, votre SelfCare1® :



- Réduit la luminosité de l'écran,
- Affiche la date, l'heure, la température, l'humidité, le statut de connexion Bluetooth et les messages d'information,
- Reste prêt à préparer une nouvelle recette.

Il est conseillé d'éteindre votre machine lorsque vous ne l'utilisez pas. Vérifier que l'obturateur de la cartouche est bien en position fermée.

Notification, Calendrier et Feedback



Pour tous vos programmes créés, vous recevrez une notification pour : ouvrir à nouveau votre application, poursuivre votre programme et vous faire délivrer le dosage correspondant.



Dans la barre d'état inférieure de votre application, -Cliquer sur l'icône « calendrier » qui se situe à gauche.

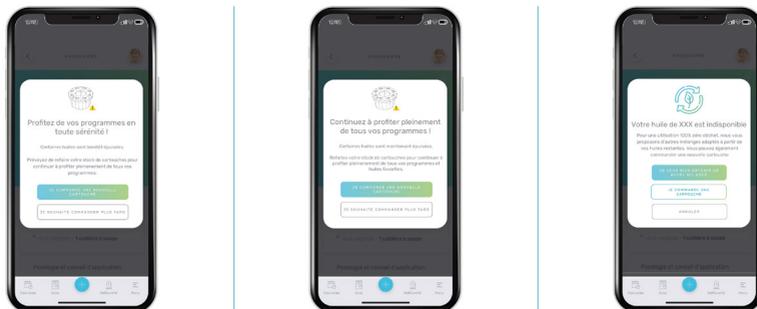
À chaque fois, il vous sera proposé le message suivant : « Votre programme {Nom Du Programme} est maintenant terminé.



Vous pouvez alors directement noter vos appréciations afin de conserver votre historique et suivre votre évolution».

Conservation et remplacement de la Cartouche SelfCare1®

Avant utilisation, la cartouche SelfCare1® est à conserver de préférence à plat dans un endroit sec, à l'abri de l'air, de la lumière et à température stable et modérée. Une fois installée dans votre SelfCare1®, la cartouche peut y rester stockée sans aucune manipulation nécessaire.



L'application SelfCare1® vous indique le niveau des différentes huiles contenues dans la cartouche et quand remplacer votre cartouche. La cartouche ayant une autonomie moyenne de plus de 1 500 gouttes, pour 50 programmes de plus de 1 000 synergies d'huiles essentielles personnalisées, sa durée d'utilisation quotidienne peut varier :



Jusqu'à 8 mois

Pour 1 personne et selon l'usage.



Jusqu'à 5 mois

Pour 2 personnes et selon l'usage.



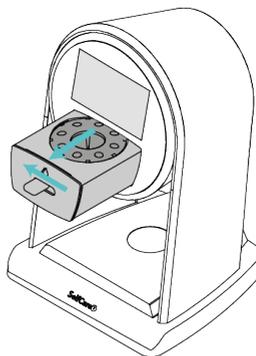
Jusqu'à 3 mois

Pour une famille et selon l'usage.

Désinstallation de la cartouche SelfCare1®



Pour cette étape, maintenir la machine pour éviter qu'elle ne bascule ou ne tombe.



Pour retirer la cartouche :

- Vérifier que l'obturateur soit en position fermée avant d'ouvrir le tiroir.
- Maintenir la manette du tiroir, faire glisser vers vous le tiroir pour le retirer.
- Sortir la cartouche de son habitacle.
- Réinsérer et refermer le tiroir.

Si la cartouche n'est pas entièrement utilisée :

- Penser à toujours vérifier que son obturateur soit en position fermée.
- Conserver la cartouche à plat dans un sachet étanche ou dans sa boîte.

Si vous souhaitez réutiliser à nouveau cette cartouche :

- Procéder à son installation toujours comme précédemment décrite.
- Votre SelfCare1® reconnaîtra la cartouche et son contenu.
- Vous pourrez poursuivre son utilisation.

Si votre cartouche est vide :



- Placer la cartouche dans un sachet étanche.
- Déposer la cartouche dans une décharge des déchets pour composants électroniques, aluminium et plastique.

Commande de la Cartouche SelfCare1®

Commander de nouvelles cartouches via l'application SelfCare1®
ou en vous connectant directement sur notre site : www.familyselfcare.com.

ENTRETIEN

Entretien du récipient

Avant toute nouvelle utilisation, la base en verre du récipient réutilisable doit être nettoyée à l'eau du robinet et même en machine à vaisselle, afin d'éviter que d'autres solutions se mélangent à la précédente.

Si vous optez pour un autre récipient que ceux fournis dans le coffret,

- Préférez un récipient en verre de même dimension ou plus large.
- Vérifiez qu'il peut être nettoyé à l'eau chaude sans se détériorer.



En cas de non-respect des consignes d'entretien du récipient, Family Self Care se dégage de toute responsabilité quant à la dégradation des huiles essentielles.

Entretien du SelfCare1®



Nettoyer les pièces en plastique, le socle en aluminium et l'écran avec un linge propre, doux et légèrement humide. Si une pièce plastique a été touchée par des huiles essentielles (même légèrement), la nettoyer immédiatement avec quelques gouttes d'huile végétale et un chiffon doux. Ne pas utiliser de linge rugueux ou autre matière au risque de rayer les pièces en plastique. Éteindre et débrancher la machine avant tout entretien.

RECYCLAGE DU SELFCARE1® ET DE SA CARTOUCHE

APPLICABLE POUR LES UTILISATEURS EUROPEENS UNIQUEMENT

Ces produits sont soumis à la collecte séparée pour les équipements électriques et électroniques conformément à la Directive 2002/96/CE.



Le symbole représentant une poubelle barrée indique qu'à la fin de son cycle de vie, cet appareil ainsi que sa cartouche ne doivent pas être éliminés comme des déchets ménagers mais doivent être apportés à un point de recyclage approprié pour le traitement des déchets d'équipements électriques et électroniques.

En vous assurant que l'appareil et sa cartouche sont jetés dans un endroit approprié, vous aiderez à prévenir les conséquences négatives sur l'environnement et la santé qui pourraient survenir en cas de mauvaise élimination. Le recyclage permettra par ailleurs de préserver les ressources naturelles.

Dépannage



Si l'erreur persiste après avoir réalisé l'action de dépannage, contacter le SAV.

Nom du message	Message	Action	Préparation de la recette
MESSAGE_ID_2	Erreur 1 : défaut tension système.	Redémarrer la machine.	Impossible.
MESSAGE_ID_3	Erreur 2 : électro-aimants défaillants.	Redémarrer la machine.	Impossible.
MESSAGE_ID_4	Erreur 3 : Horloge non initialisée. Connectez-vous à votre smartphone pour mettre à l'heure.	Suivre les indications à l'écran.	Possible après rectification de l'erreur.
MESSAGE_ID_5	Erreur 4 : défaut capteur de goutte.	Redémarrer la machine.	Impossible.
MESSAGE_ID_6	Placer votre récipient puis ouvrez l'obturateur.	Ouvrir l'obturateur.	Possible après rectification de l'erreur.
MESSAGE_ID_7	Erreur 7 : Aucune cartouche détectée.	Installer la cartouche d'huile.	Possible après rectification de l'erreur.
MESSAGE_ID_8	Erreur 8 : toutes les huiles sont périmées.	Remplacer la cartouche.	Possible après rectification de l'erreur.
MESSAGE_ID_9	Distribution interrompue. Vider le récipient afin de respecter le dosage de votre recette.	Suivre les indications à l'écran.	Possible après une attente de 3 minutes.
MESSAGE_ID_10	Surchauffe détectée. Veuillez patienter.	Suivre les indications à l'écran .	Possible après une attente de 3 minutes.

Nom du message	Message	Action	Préparation de la recette
MESSAGE_ID_21	Erreur 9 : défaut détection de goutte.	Jeter le mélange et recommencer. Si l'erreur persiste, vérifier que rien n'obstrue l'orifice de distribution des huiles puis redémarrer.	Possible après rectification de l'erreur.
MESSAGE_ID_22	Erreur 10 : temps d'impulsion demandé incohérent.	Faire une nouvelle tentative. Si le problème persiste, redémarrer la machine.	Possible après rectification de l'erreur.
MESSAGE_ID_24	Erreur 12 : défaut système.	Redémarrer la machine.	Impossible.
MESSAGE_ID_28	Transmission de recette incorrecte.	Faire une nouvelle tentative. Si le problème persiste, redémarrer la machine.	Possible après rectification de l'erreur.
MESSAGE_ID_29	SC1 non disponible pour une nouvelle recette.	Attendre 3 minutes et tenter une nouvelle fois. Si le problème persiste, redémarrer la machine.	Possible après rectification de l'erreur.

Conditions de garantie

Family Self Care garantit le SelfCare1® pendant une période de deux (2) ans à partir de la date d'achat par l'acquéreur d'origine contre les défaillances dues à des défauts de fabrication ou de matériaux, survenues à la suite d'une utilisation normale de l'appareil. Cette garantie ne s'applique pas aux cartouches et aux accessoires, ni à toute pièce dont l'usure est normale pendant la période de garantie.

Elle ne couvre pas les dégradations esthétiques causées par une usure normale, un défaut d'entretien ou les dommages causés par les accidents, mauvais usages ou négligences. Toute tentative d'ouvrir ou de démonter l'appareil (ou ses accessoires) annulera la garantie.

La garantie n'est pas appliquée en cas de branchement de l'appareil non conforme aux consignes, insertion dans l'appareil d'éléments autres que les cartouches Family Self Care ou non-respect du mode d'emploi.

En aucun cas la garantie définie ci-dessus ne peut être engagée à raison des préjudices causés aux personnes et aux biens du fait du fonctionnement de l'appareil. La garantie comprend l'échange ou la remise en état de l'appareil.

Veillez impérativement joindre le justificatif d'achat à toute demande de garantie réalisée auprès du Service Après-Vente de Family Self Care. Les frais d'envoi de la machine ne sont pas remboursables.

Contact

Pour plus d'informations ou pour contacter le Service Après-Vente de Family Self Care, se rendre sur le site www.familyselfcare.com.



BEFORE YOU START

Take a moment to congratulate yourself for taking a great leap forward towards natural wellbeing by purchasing your SelfCare1®. Before making the most out of the plants, please carefully read the instructions given in this guide.



READ ALL THE INSTRUCTIONS BEFORE USING.
THIS PRODUCT SHOULD ONLY BE USED AS INSTRUCTED IN THIS MANUAL.
YOU ARE NOT AUTHORIZED TO MAKE ANY MODIFICATIONS TO THIS DEVICE.

Safety

PRECAUTIONS FOR USING THE DEVICE

The device must not be used by people (including children) with reduced physical, sensory or mental abilities or by people lacking experience or knowledge, except if they have benefited from supervision or prior training concerning the utilization of the device, ensured by a person responsible for their safety. Children should be supervised to make sure they do not play with the device.



This device can be used by children aged 8 and over and by individuals lacking experience or knowledge or with reduced physical, sensory or mental abilities, provided they have been trained on how to use the device safely and are properly supervised, and have been made aware of the risks involved. Children shall not play with the device. Cleaning and maintenance of the device shall not be performed by children unless supervised by an adult.

Never let the device come into contact with water, and do not put it in a bathroom. Keep it away from all sources of humidity and heat (heating, radiator, direct exposure to sunlight).

Unplug the device in the case of electrical storms.

This appliance incorporates a grounding connection for functional purposes only.



In the event of a problem with the SelfCare1® or the power cord, immediately unplug the device and contact the Family Self Care Customer Service.

Check that your electricity supply complies with the recommendations given on the SelfCare1®. You must connect your SelfCare1® with the power cable supplied in your shipment.

Place the device on a flat, horizontal and stable surface.

Place the device in a room at an ambient temperature between 10°C and 35°C (between 50°F and 95°F) and with a moisture content of 65% maximum (which is why we don't recommended putting it in your bathroom).

Only use SelfCare1® cartridges. They are designed to ensure optimum operation of the device.

Do not use detergents or abrasive products to clean the device and do not immerse it in water as this would cause electrical malfunction and irreversible damage.

Do not try to repair or dismantle the device. That could result in damage. switch off and unplug the device before cleaning it.

FCC (FEDERAL COMMUNICATION COMMISSION) DECLARATION OF CONFORMITY

FCC information intended for American users:

This device complies with section 15 of the FCC directives. Its operation is subject to the following two conditions:

1. This device must not cause any harmful interference,
2. This device must accept any interference received, including interference that could cause unwanted functionality.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications.

However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment to an outlet on a circuit different from that to which the receiver was previously connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

PRECAUTIONS FOR USING ESSENTIAL OILS



Do not use on children aged under 7, pregnant or breastfeeding women, people suffering from epilepsy or anyone allergic to the aromatic molecules.

Avoid contact with sensitive areas such as the eyes. In case of absorption or accidental splashing into the eye, swallow or apply a vegetable oil recommended by Family Self Care to dilute the essential oil and contact the Poison Control Center.

Do not use for more than 3 weeks in a row, do not increase the dose and consult a doctor if no significant improvement is noted in the first few days.

Keep out of the reach of children, and away from heat and moisture.

Please comply with the SelfCare1® application's usage recommendations.

Always wash your hands thoroughly after application.

The essential oil cartridges should preferably be kept away from heat, moisture and excessive temperature variations. Keep the cartridge in its original condition.

TABLE OF CONTENTS

- Discover SelfCare1® 5
- The SelfCare1® box 6
- Presentation 7
 - Description 7
 - Technical characteristics 7
- Using the SelfCare1® for the first time 8
 - Connection 8
 - Installing the cartridge and the container 8
 - Pairing with the SelfCare1® application 11
 - Presentation of the home screen 13
 - Pictograms 13
- Operation principles.....14
 - Global experience.....14
 - Step by step experience.....15
- After using your SelfCare1® 16
- Notification, Calendar and Feedback.....17
- Storage and replacement on the SelfCare1® cartridge.....18
- Uninstalling the SelfCare1® cartridge.....18
- Order the SelfCare1® cartridge.....19
- Maintenance19
 - Maintaining your SelfCare1®19
 - Maintaining the container20
 - Recycling the SelfCare1® and its cartridge20
- Troubleshooting21
- Warranty conditions 22
- Contact23

Discover SelfCare1®

Family Self Care has created your SelfCare1® to place technology and science at the service of your natural state of balance and of that of your nearest and dearest.

There are tutorials on our website www.familyselfcare.com explaining step by step how to use your SelfCare1®.

You can also find all our advice and products on our website.

PRECISE DOSING

Get the blend of oils suited to your needs, with the dosage that suits you.



EASY TO USE

SelfCare1® delivers the formulation suited to your needs and informs you of the usage possibilities.

PERSONALIZED FOLLOW-UP

You can follow the history of all your intakes, keep your notes and results.



VALIDATED BY EXPERTS

Our committee of expert aromatherapist doctors and pharmacists have validated the proposed formulations.

The essential oils contained in the SelfCare1® cartridges have been selected by a committee of experts and are supplied by the best suppliers in organic farming in France.

The plants are grown in an environmentally-friendly way. Essential oils are quick and powerful because they can be quickly absorbed into the skin and the body.

Due to their complex biochemical composition, essential oils have multiple properties that are taken into account by the SelfCare1® programs. This is why the SelfCare1® can propose new blends in case you run out of one of the essential oils.

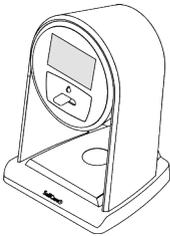
The SelfCare1® box

When unpacking the device:

- Handle it with care,
- Remove all the adhesive tape holding the SelfCare1®,
- Remove the accessories from the box.

Before using it, please check that the SelfCare1® and its accessories are not damaged.

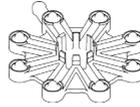
The SelfCare1® box contains the following parts:



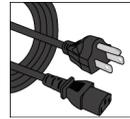
SelfCare1®
Device



Cartridge



Lid

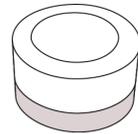
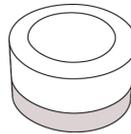


US
Plug

Power
cord



Bottle of vegetable oil



2 glass containers

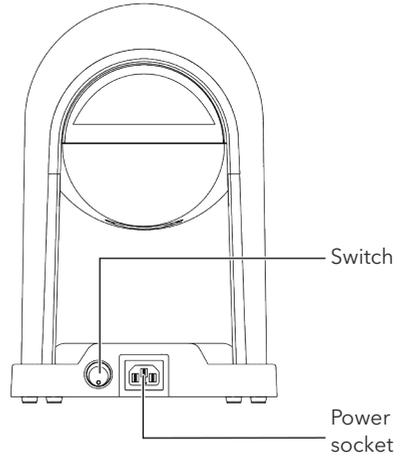
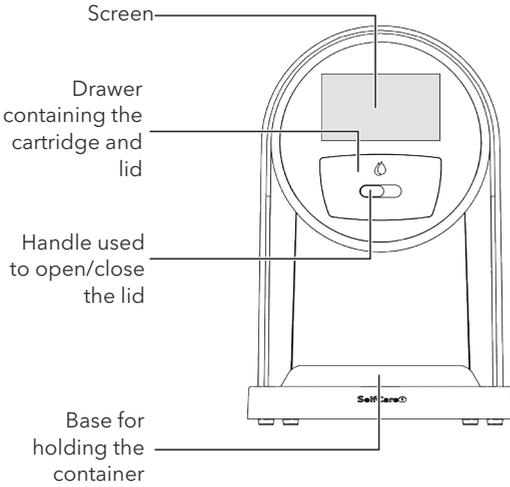
Using the pipette at the bottle of the vegetable oil, put the number of drops recommended into the glass container.



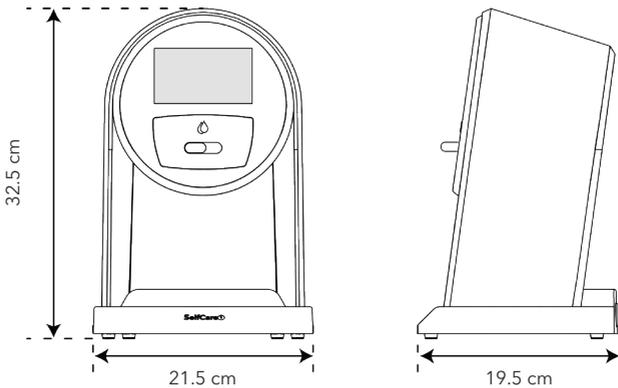
The container is used to collect and store the drops of essential oils while they are being distributed. It contains a plastic cover for protecting the solution. The glass pot can be rinsed with hot water or can be cleaned in the dishwasher.

Presentation

DESCRIPTION



TECHNICAL CHARACTERISTICS



SelfCare1®	Weight	1.8 kg
	Power supply	100-240 VAC - 50-60 Hz
Power cord	Coiled diameter	11 cm
	Weight	170 g

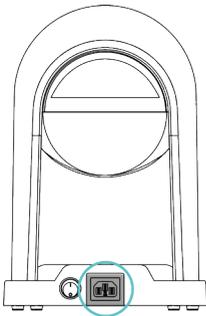
Using the SelfCare1® for the first time

CONNECTION

Positioning the SelfCare1®: our studies have shown that the best places to use the SelfCare1® would be the kitchen, living room or bedroom.



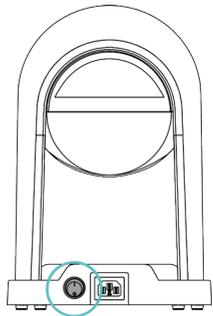
Make sure the power cord is fully inserted and correctly plugged into the device before plugging the cord into the power socket.



1 - Connect the power cord to the back of the SelfCare1®.



2 - Connect the power cord to a power socket.



3 - Switch ON to power up the device.

4 - Check that the screen lights up.

The device is then ready to use right after.



Whenever you switch on the device, it checks that no recipe has been interrupted and that there has been no overheating.

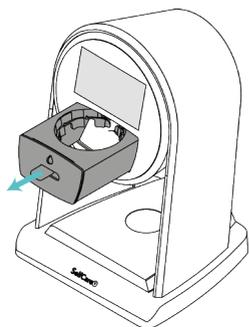
INSTALLING THE CARTRIDGE AND THE CONTAINER



Only use SelfCare1® cartridges with your device.

The cartridges are sealed for your safety, do not try to open them. Keep the cartridge in its original condition to ensure it will function properly.

1

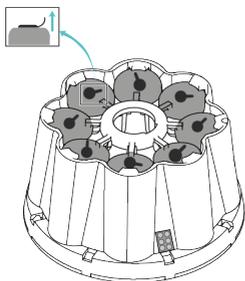


Hold the device for this step to prevent it from tipping over or falling.

To remove the drawer:

- Hold the joystick and slide towards you the drawer out by hand.

2



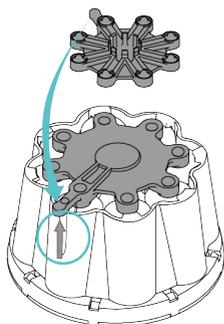
This cartridge is filled and sealed with 8 vials of ready-to-use organic essential oils. It is also equipped with an electronic chip.

The traceability information of the cartridge and its 8 oils are encoded in this electronic chip.

To prepare the cartridge:

- Remove the cartridge from its packaging without shaking it.
- Tip the cartridge so that the caps are facing upwards.
- Carefully pull on the tabs to remove cleanly the 8 caps protecting each vial's opening.
- Check that there is no vegetable resin left on each of the vial holes.

3



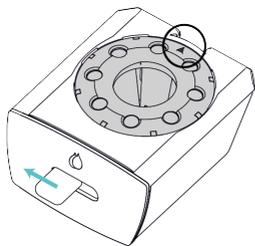
- Position the lid on the bottom of the cartridge.
- Place its rod at the top of the arrow which is indicated on the cartridge.
- Clip the lid on the cartridge.

Your cartridge is ready to be use.



There is a mark on the cartridge showing you how to place the lid in the right direction.

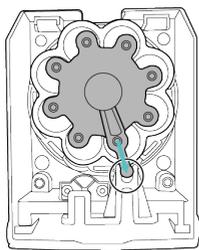
4



Turn the cartridge over and then:

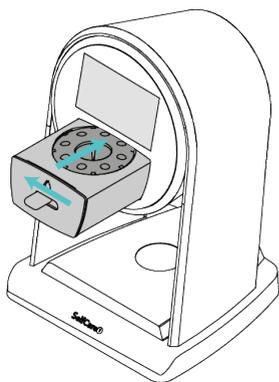
- Check that the drawer handle is on the left (shutter in closed position) and hold it in this position.
- Place the cartridge in the drawer positioning the triangular mark in the direction of the machine.
- Make sure the cartridge is properly positioned in the lug so the electronic chip of the cartridge comes into contact with the sensor of the Self-Care1®.

5



If a shutter handling problem appears, return the cartridge which is placed in its drawer (holding it so that it does not come out of its compartment) to ensure that the lug of its shutter is correctly engaged on the shutter lever slide.

6



Hold the device for this step to prevent it from tipping over or falling.

Insert the drawer with its cartridge correctly positioned in the device and close it by pressing it in gently.



You will hear a click when the drawer is properly pushed in.

PAIRING WITH THE SELFCARE1® APPLICATION

In order to function properly, the application requires a good internet connection.

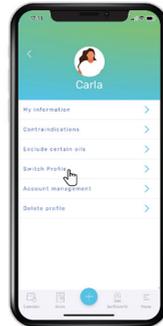


You must pair the application with your SelfCare1® before you can start distribution.

1 - Download the SelfCare1® application for smartphone or tablet from the App Store (iOS) or Google Play (Android). Upon installation or first launch, the application will ask you for permission to access your Bluetooth and possibly your location and notifications. Remember to tap "yes" to all these requests for the application to work correctly.



2 - Create an account and a profile by following the instructions of the application (You also have the possibility to create several profiles on your mobile application and follow the same instructions).



3 - Always start by giving your year of birth, then enter your date and month.

4 - Enter and register your contraindications medicines (this step is essential because the personalized and micro-dosed mixtures that will be offered to you will be carefully adapted to your needs).

5 - If necessary enter and register intolerances you may have for certain essential oils by excluding them in the associated menu in your profile.

6 - Activate the Bluetooth and location on your smartphone.

7 - Switch on your SelfCare1®.



8 - Access the connection page.



9 - Look for the devices.



10 - Click on the device to use.

11 - If the SelfCare1® has never been paired before, the "Bluetooth Pairing" screen will be displayed, and a PIN code will appear for 30s on the SelfCare1® screen. Enter the PIN code on your smartphone.

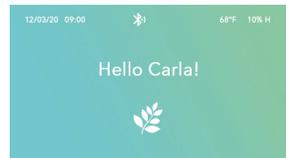


Your application may indicate that an update is starting. In this case, do not quit your application and do not switch off your SelfCare1®. This update can take up to 3 minutes.

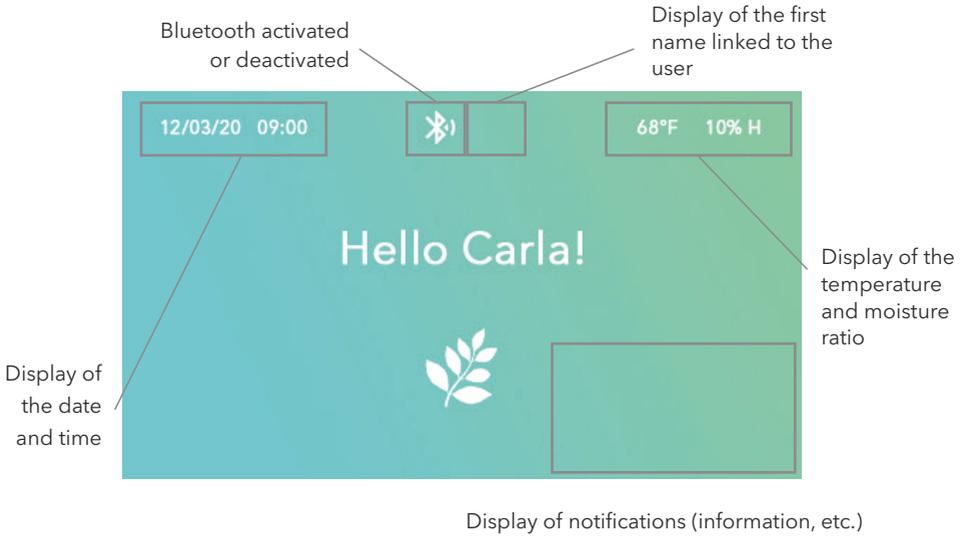


Once your SelfCare1® and smartphone are paired, whenever you switch on your device, the SelfCare1® screen will display the message "How are you today?".

12 - Once synchronization has been completed, the home screen will be displayed.



PRESENTATION OF THE HOME SCREEN



PICTOGRAMS

ERROR NOTIFICATIONS



System error
Restart the device. If the error persists, contact Customer Service



Notification of an error (refer to the Troubleshooting section)

BLUETOOTH CONNECTION STATUS



Bluetooth activated



Bluetooth deactivated

PROGRESS OF PREPARATION



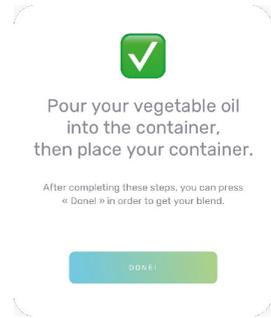
Preparation progress bar



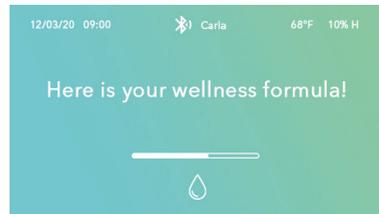
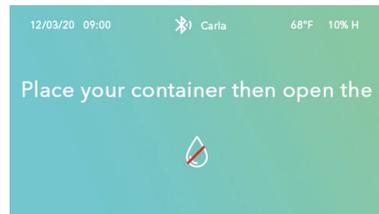
The preparation is ready

Operation principles

GLOBAL EXPERIENCE



Open the lid to get your blend.



The amount of essential oil distributed must be equivalent with the number of drops listed in the program.

Note: the calibration of drops distributed by your SelfCare1® is extremely precise: micro-dosed drops may be invisible to the naked eye.

If you think that more than the expected amount has been distributed, stop using your SelfCare1® and contact Customer Service.

STEP BY STEP EXPERIENCE



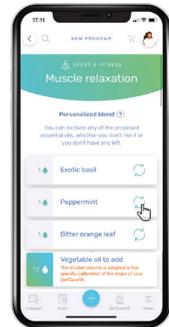
1 - Click on the + icon and access the programs offered.

2 - Select your theme (you can also search for your theme by entering it in the « search » icon located at the top left of your page.)

3 - Choose your program. Click on it and follow the procedure.

4 - For each program, you will have :

- the name of essential oils used,
- the number of drops released,
- the number of drops of vegetable oil to place in the glass container to receive your personalised, micro-dosed blend.



5 - You can also modify each choice of essential oils to get another blend.

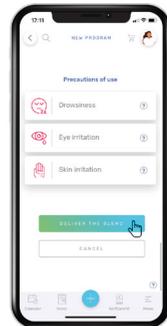
6 - Scroll across the screen.



7 - One or more how-of-use are recommended.



8 - We recommend you take them once daily or over a few days.



9 - Read the warnings over usage.



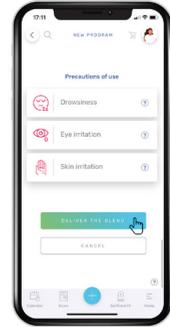
- 10** - Unscrew the container lid and remove the plastic cover.
- Pour the number of vegetal oil recommended.
 - Place the ready-to-use container on the base.



Your SelfCare1® and App screens will ask you to open the lid of the drawer. Open it to the right position (see the green drop sticker.)

- 11** - Click on 'Deliver the blend'.
- Take your personalized micro-dosed blend.

12 - After receiving your micro-dosed blend, your SelfCare1® and App screens will ask you to close the lid of the drawer. Close it to the left. The green drop sticker shall disappear. When your SelfCare1® is not in use, close the drawer handle towards the left. Remember to always clean your glass container with hot water or in a dishwasher after each use to prevent other blends from being mixed with the previous one.



- If you have a program to apply, do not hesitate to :
- Put vegetable oil drops in the palm of your hand,
 - Start the program,
 - Place your palm under the machine,
 - Open the lid and click on 'Deliver the blend'
- To get your micro dosed blend directly into your hand.

After using your SelfCare1®

Once you finish using the SelfCare1® application, it will automatically disconnect from the device.



Your SelfCare1® and smartphone will stay connected throughout the preparation of your customized mix, even if you don't use your smartphone.

The device will automatically end the connection with any connected Self-care1® application after 10 minutes.

In standby mode, your SelfCare1®:



- Dims screen brightness,
- Displays the date, time, temperature, moisture, Bluetooth connection status and any messages,
- Remains available to prepare a new mix.

You are advised to switch off your device when you are not using it. Check that the lid of the cartridge is always closed.

Notification, Calendar and Feedback



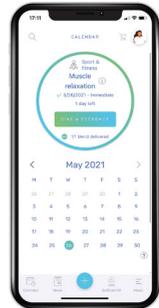
For any program that requires taking two-a-day or more personalized micro dosed blend, over a few days, your application icon will notify you.



In the lower status bar of your application:

- Click on the 'calendar' icon on the left side of the screen.

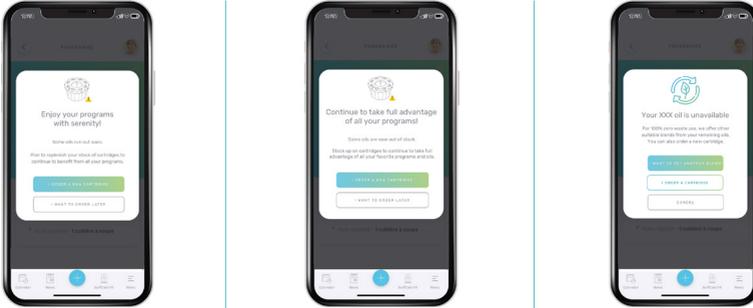
Every time, you will be shown the following message: 'Your {Program Name} program is now complete.'



You can directly note your appreciations in order to keep your history and follow your progress.

Storage and replacement on the SelfCare1® cartridge

Before use, the SelfCare1® cartridge should preferably be stored in a dry place, away from air and light and at a stable and moderate temperature. Once installed in your SelfCare1®, the cartridge can remain stored there, without any handling required.



The SelfCare1® application tells you the level of the various oils in the cartridge and when it's time to replace your cartridge. Since the cartridge has an average autonomy life of more than 1,500 drops, for 50 programs of more than 1,000 personalized essential oil synergies, the duration of daily use may vary:



Up to 8 months

For 1 person, depending on the amount of usage.



Up to 5 months

For 2 persons, depending on the amount of usage.



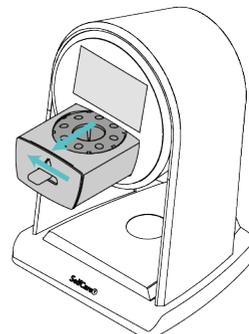
Up to 3 months

For a family, depending on the amount of usage.

Uninstalling the SelfCare1® cartridge



Hold the device for this step to prevent it from tipping over or falling.



To remove the cartridge:

- Check if the lid is closed before opening the drawer.
- Pull the lever and slide the drawer to remove it.
- Remove the cartridge from its drawer.
- Reinsert the drawer.

If the cartridge is not fully used:

- Remember to always check if the lid is in the closed position.
- Keep the cartridge in a sealed bag or in its delivery box.
- Lay it flat.

If you want to reuse this cartridge again:

- Proceed with the installation as previously described.
- Your SelfCare1® will recognize the cartridge and its contents.
- You can continue to use it.

If your cartridge is empty:



- Place the cartridge in a protective sealing bag.
- Place the cartridge in a plastic, metal or e-waste landfill.

Order the SelfCare1® cartridge

Order news cartridges either through SelfCare1® application or through our website: www.familyselfcare.com.

Maintenance

MAINTAINING YOUR SELFCARE1®



Clean the plastic parts, the aluminum base and the screen with a slightly damp clean soft cloth. If any essential oil comes into contact with a plastic part (however slight the amount), clean it immediately with a few drops of vegetable oil and a soft cloth. Do not use a coarse cloth or any other material that could scratch the plastic parts. Switch off and unplug the machine before any maintenance.

MAINTAINING THE CONTAINER

After each use of your glass container, remember to clean it either with hot water or in a dishwasher. It allows to prevent other blend not to be mixed with the previous one. If you would use a container other than both container supplied in the box:

- Prefer a glass container of the same size or larger.
- Ensure that it can be cleaned with hot water without damaging it.



In case of non-compliance with the container cleaning instructions, Family Self Care cannot take any responsibility regarding any deterioration of the essential oils.

RECYCLING THE SELFCARE1® AND ITS CARTRIDGE

ONLY APPLICABLE FOR EUROPEAN USERS

These products are subject to separate collection for their electrical and electronic equipment in compliance with Directive 2002/96/EC.



The symbol showing a crossed-out dustbin means that at the end of its life cycle, this device and its cartridge must not be discarded with ordinary household waste, but must be taken to a recycling center approved for treating waste electrical and electronic equipment.

By ensuring your device and its cartridge are thrown away at an appropriate place you will help to prevent negative environmental impacts and health issues that could arise in the case of improper disposal. Recycling will also help to preserve natural resources.

Troubleshooting



If the error is not cleared after the troubleshooting procedure, contact Customer Service.

Message ID	Message	Action	Recipe preparation
MESSAGE_ID_2	Error 1: system voltage fault.	Restart the device .	Impossible.
MESSAGE_ID_3	Error 2: Electro-magnets failure.	Restart the device.	Impossible.
MESSAGE_ID_4	Error 3: Clock not initialized. Connect to your smartphone to update your system clock.	Follow the instructions on the screen.	Possible after the error has been corrected.
MESSAGE_ID_5	Error 4: faulty drop sensor.	Restart the device.	Impossible.
MESSAGE_ID_6	Place your recipe then open the lid.	Open the lid.	Possible after the error has been corrected.
MESSAGE_ID_7	Error 7: No cartridge detected.	Install the oil cartridge.	Possible after the error has been corrected.
MESSAGE_ID_8	Error 8: All oils are expired.	Replace the cartridge.	Possible after the error has been corrected.
MESSAGE_ID_9	Distribution interrupted. Please empty the container in order to respect the dosage of your recipe.	Follow the instructions on the screen.	Possible after waiting 3 minutes.
MESSAGE_ID_10	Overheating detected. Please wait.	Follow the instructions on the screen.	Possible after waiting 3 minutes.

Message ID	Message	Action	Recipe preparation
MESSAGE_ID_21	Error 9: Drop detection failure.	Throw the blend away and start again. If the error persists, check that there is nothing blocking the oil distribution outlet then restart.	Possible after the error has been corrected.
MESSAGE_ID_22	Error 10: incoherent requested pulse time.	Try again If the problem persists, restart the device.	Possible after the error has been corrected.
MESSAGE_ID_24	Error 12: System default.	Restart the device.	Impossible.
MESSAGE_ID_28	Incorrect recipe transmission.	Try again If the problem persists, restart the device.	Possible after the error has been corrected.
MESSAGE_ID_29	SC1 not available for a new recipe.	Wait 3 minutes and try again If the problem persists, restart the device.	Possible after the error has been corrected.

Warranty conditions

Family Self Care guarantees the SelfCare1® for a period of two (2) years from the date of purchase by the original buyer against failures due to manufacturing or material defects occurring based on normal utilization of the device. This warranty does not apply to the cartridges and accessories, or to any part whose wear and tear is normal during the warranty period.

It does not cover minor deterioration caused by regular usage, faulty maintenance or damage caused by accidents, improper use or negligence. Any attempt to open or dismantle the device (or its accessories) will render the warranty null and void. The warranty does not apply if the device is not connected in compliance with the instructions, if elements other than Family Self Care cartridges are inserted in the device or if the operating instructions are not followed.

In no event may the above-mentioned warranty be invoked for any harm caused to people or property during the operation of the device.

The warranty includes the replacement or repair of the device.

A purchase receipt must be attached to any warranty request submitted to the Family Self Care Customer Service. The cost of shipping the device is not refundable.

Contact

For any further information or to contact the Family Self Care Customer Service, please visit us at: www.familyselfcare.com.



Identifier son SelfCare1®

Vous pouvez reporter le numéro du produit et le numéro de série de votre SelfCare1® ci-après et utiliser ces informations lors de tout contact avec le service après-vente.

Le numéro du produit (P/N) et le numéro de série (S/N) sont imprimés sous votre SelfCare1®, à proximité des marquages réglementaires. Ils figurent également sur l’emballage d’origine, au-dessus du code-barres.

Identify your SelfCare1®

You can record the product number (P/N) and serial number (S/N) of your SelfCare1® below and use this information when contacting the customer service.

The model number and the serial number are printed on the underside of your SelfCare1®, near the regulatory markings. They are also on the original packaging, above the barcode.

Numéro de produit/ Product number :

Numéro de série/ Serial number :