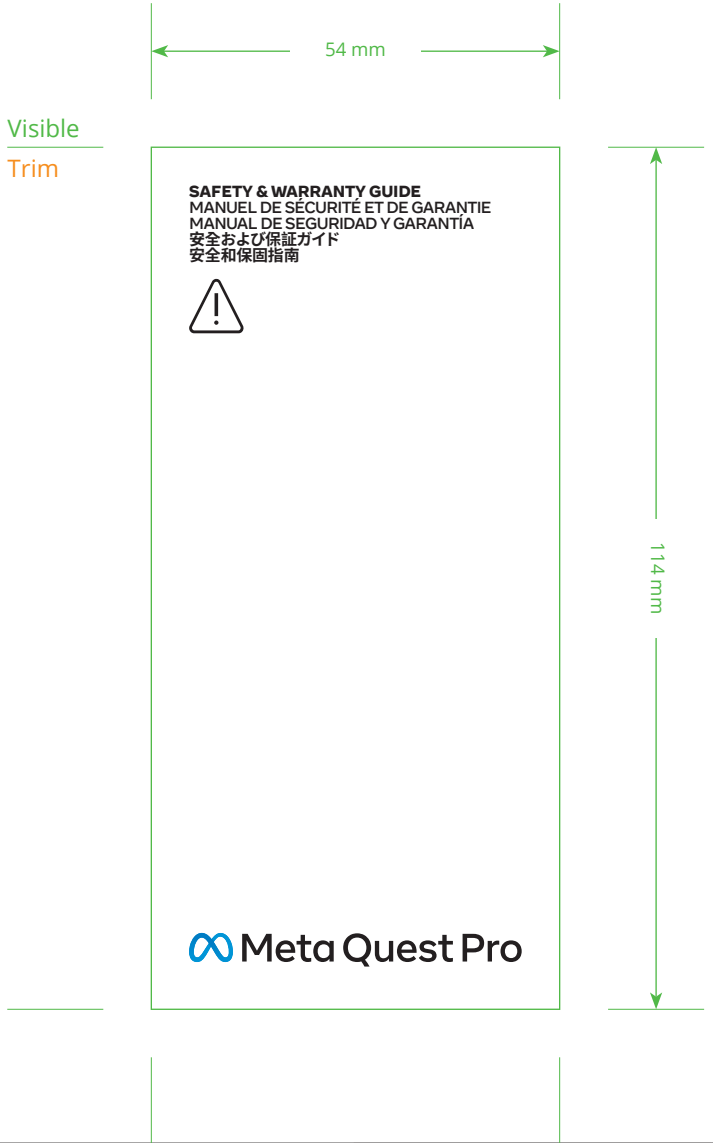


Meta

Prepared by XYZ

ARTWORK	
Filename:	20220427_Seacliff_SWG_US_CA_TW_JP_Round9
Project:	Seacliff
Item:	
Modified:	
Software:	InDesign 2021
Operator:	mk

Dimensions	Actual	File	
Trim:	114mm x 54mm	114mm x 54mm	
Bleed:	n/a	n/a	
Live:	n/a	n/a	
Scale:		1:1	100%

MANUFACTURING	
Substrate:	Cover: 105g C2S Matte Art Paper Golden Sun
	Inside: 60GSM Wood Free Paper
Coating:	Matt AQ
Assembly Number:	891-00544-01
Dieline Number:	808-00988-03
Artwork Number:	802-01779-01
Binding:	Perfect Bind

Colors	
Output Intent: GRACoL 2013	
CYAN	
MAGENTA	
YELLOW	
BLACK	

LINKS

Visible

Trim

TABLE OF CONTENTS

What's in the Box?	3
Setup Instructions	3
Health & Safety Warnings	4
Regulatory Information	34
Limited Warranty	36
Additional Languages:	
i. French	37
ii. Spanish	78
iii. Chinese Traditional	114
iv. Japanese	136

WHAT'S IN THE BOX?

- Meta Quest Pro Headset
- 2 Meta Quest Touch Pro Controllers
- Charging Dock
- Power Adapter
- Controller Charge Cable
- Charging Cable
- 2 Stylus Tips
- 2 Light Blockers (L&R)
- Cable Clip
- Protective Cover
- Cleaning Cloth
- 2 Wrist Straps

PRODUCT SPECIFICATIONS

Headset
Model Number: DK94EC
Electrical Rating: 9V, 3A
Operating Temperature Range: 0-35°C

Controllers
Model Numbers: LW9 (Left), VM4 (Right)
Electrical Rating: 5V, 1.5A
Operating Temperature Range: 0-35°C

Charging Dock
Model Number: BW49KR
Electrical Rating: 9V, 3A (27W) max.
Operating Temperature Range: 0-35°C

Visible

Trim

HEALTH AND SAFETY WARNINGS

⚠WARNING HEALTH & SAFETY WARNINGS: To reduce the risk of personal injury, discomfort, or property damage, please ensure that each user of your Meta Quest Pro VR System—including the headset, controllers, operating system, apps, and authorized charging dock, cables, adapter, and accessories—carefully reads the warnings below before using your VR System.

Your VR System is not failsafe and should not be used for critical or life-saving activities.

Keep this information for future reference. Features and available accessories of your VR System may change. Visit store.meta.com/quest/warnings for the most current version of these health and safety warnings.

Visit the Meta Quest Safety Center at store.meta.com/quest/safety-center for more information on the safe use of your VR System.

Throughout this Guide, we include icons to illustrate and orient you to health and safety issues. The icons are not a substitute for the text of this Guide, so please use them together.

Meta Quest offers branded accessories/replacement parts and also authorizes accessories/replacement parts for your VR System.

- To find out how to identify whether an accessory/replacement part is authorized for use with your VR System, visit store.meta.com/help/quest/authorizedparts.
- Branded and authorized accessories can help you tailor your VR system to fit your preferences. Read instructions and warnings that may be provided with these accessories before using them.

⚠WARNING Age Requirement/Children.

- **This product is not a toy and must not be used by children under age 13.**
  - Younger children have greater risks of injury/adverse effects than older users.
  - Your VR System is not designed for children under age 13.
    - The improper size of the headset for younger children can lead to discomfort or adverse health effects.
    - Younger children are in a critical period of visual development that may be negatively impacted by use of your VR System.
    - Younger children may be more susceptible to hearing damage associated with use of your VR System at loud volumes.
    - Some apps may be inappropriate for children under age 13.

Proper Use by Children Age 13+ Under Adult Supervision

- Prolonged use by children age 13+ should be avoided, as this could negatively impact hand-eye coordination, balance, multi-tasking ability, or create other risks of injury/negative effects.
  - Limit the time children age 13+ spend using your VR System overall.
  - Ensure that children age 13+ take breaks during use.

Visible

Trim

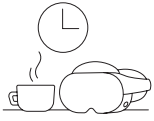
- Adults should supervise children age 13+ during and after their use of the VR System to:
  - Ensure that children follow these warnings, including the **Before Using Your VR System** and the **Your Activity Space and Surroundings** sections.
  - Monitor for any of the symptoms described in these warnings (including those listed in this section or the **Discomfort** and **Repetitive Stress Injury** sections).
  - **Ensure that children age 13+ use appropriate apps** (consider both content and comfort ratings).
  - Use parental supervision tools where available.

⚠WARNING **Pre-Existing Medical Conditions**

- Consult with your doctor before using your VR System if you are pregnant, elderly, have pre-existing binocular vision abnormalities or psychiatric disorders, have recently undergone any medical procedure (including cosmetic procedures), or suffer from a heart condition or other serious medical condition.
- **Seizures.** Some people (about 1 in 4,000) may have severe dizziness, seizures, eye or muscle twitching, or blackouts triggered by light flashes or patterns. This may occur while they are watching TV, playing video games, or experiencing virtual reality, even if they have never had a seizure or blackout before or have no history of seizures or epilepsy. **These symptoms arise more commonly in children.** Anyone who experiences any of these symptoms should stop use of the VR System and see a doctor. If you are photosensitive or previously have had a seizure, loss of awareness, or other symptom linked to an epileptic condition (including photosensitive epilepsy (PSE)), you should see a doctor before using the VR System.
- **Interference with Medical Devices.** The VR System contains magnets and components that emit radio waves, which could affect the operation of nearby electronics, including cardiac pacemakers, hearing aids, and defibrillators. If you have a pacemaker or other implanted medical device, consult your doctor or the manufacturer of your medical device before using your VR System. Maintain a safe distance between your VR System and your medical devices. Stop using your VR System if you observe interference with your medical device.

Time & Breaks

Ease into using your VR System to allow yourself to adjust both to the VR System and to specific apps. Although appropriate use periods and breaks will vary from person to person and based on the selected apps, **you should always take regular breaks when using your VR System.**



- Start by using your VR System for only a few minutes at a time, and only increase the amount of time using your VR System gradually as you grow accustomed to the experience.

Visible

Trim

- When becoming accustomed to your headset or new apps, start by taking a break at least every 30 minutes.
- Always take a break if you feel discomfort and don't resume until you are no longer feeling discomfort (see **Discomfort**).
- Extended use without adequate breaks may increase the risk of injury, property damage, or other adverse effects.

⚠WARNING **Before Using Your VR System**

- Read and follow all setup and operating instructions provided with your VR System, and any app instructions.
  - Your VR System is not designed for use with any unauthorized device, accessory, software, or apps. Use of an unauthorized device, accessory, software, or app, or hacking your VR System, software, or apps, may result in injury to you or others, discomfort, property damage, performance issues, or damage to your VR System that may not be covered by your warranty.
- **VR System Adjustment.**
  - **Headset Adjustment.** To reduce the risk of discomfort (including pressure, irritation, or chafing), the headset should be balanced and centered, and the distance between the lenses should be appropriately set for each user. Adjust the fit wheel to ensure comfortable placement of the headset.

Adjust the distance between the lenses for each user by moving the eyecups directly to a position that provides the clearest image. When properly adjusted, the headset should fit comfortably and you should see a single, clear image. Re-check the settings before resuming use after a break to avoid any unintended changes to any adjustments.

  - **Controller Adjustment.** Install and use wrist straps on controllers when using controllers, except in apps where a stylus is appropriate (see **Accessories and Controllers**).
  - **Light Blockers.** Your headset includes light blockers that can help you have a more immersive experience. Remove these for better awareness of your real-world surroundings, such as when in passthrough, mixed reality, or co-located apps.
- **App Selection.** Read and follow all instructions and warnings that may be provided with specific apps.

  - **Content age recommendations.** Virtual reality is immersive and some apps can be intense, frightening, violent, or anxiety-provoking. Choose your apps carefully for both yourself and children age 13+, and refer to content age ratings and recommendations.

Visible

Trim

- **Comfort-related information.** The Meta Quest store also provides comfort-related information (including comfort ratings) for some apps related to camera motion, player motion, and the potential for disorienting content and effects. Review this information before selecting or using apps. (For more details on how comfort-related information can help provide a comfortable experience, go to store.meta.com/help/quest/comfort).
  - If you are new to virtual reality or have a history of discomfort or motion sickness, start with comfortable apps that do not involve a lot of motion in or through the virtual environment before trying more intense experiences that do.
- **Use Only When Unimpaired.** A positive virtual reality experience requires that you be unimpaired. Do not use your VR System when you are experiencing any of the following (as it may increase your susceptibility to adverse symptoms):
  - Tiredness or exhaustion
  - Under the influence of alcohol or drugs
  - Hung-over
  - Have digestive problems
  - Emotional stress or anxiety
  - When suffering from a cold, flu, COVID, or similar illness, headaches, migraines, or earaches

Your Activity Space and Surroundings

⚠WARNING **Risks Associated with Freedom of Movement**

Your VR System is designed to track your movement during use and model your actions in the virtual world as you move in the real world. This freedom of movement means that you must take appropriate steps to have a safe experience.

⚠WARNING **Set up and Use Only in a Safe Environment**

Your VR System produces an immersive experience that can distract you and can block your vision, hearing, and perception.

- Your headset limits your field of view. You may not be aware of the restricted field of view while wearing your headset.
- Use caution when using light blockers to create a more immersive experience as they further restrict your field of view.

Prohibited Uses

- Your VR System is not for use outdoors. Use of your VR System outdoors exposes you to additional and uncontrolled hazards, like uneven and slippery surfaces, weather conditions, and unexpected obstacles, people, animals, and vehicles (traffic). Also, your VR System may not work properly outdoors.

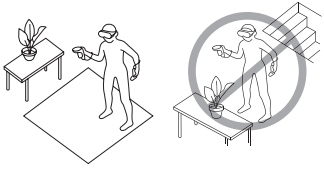
Visible

Trim

- Never wear your headset or use your VR System in situations that require attention, such as running, bicycling, driving, or handling hazardous objects, whether indoors or outdoors.

Choosing Your Safe Activity Space

- **Always be aware of your surroundings before starting and while using your VR System. Use caution to avoid injury.**



- You are responsible for creating and maintaining safety in your selected activity space.
- Only use your VR System indoors. Use outdoors increases the risk of injury, property damage, and damage to the VR System (see **Prohibited Uses**).
- Create a safe area all around you, including overhead, before using the VR System. Serious injuries can occur from tripping, running into, striking or coming into contact with walls, furniture, objects, pets, or people.

  - Choose your activity space to avoid potential hazards, including:
    - Walls
    - Furniture
    - Lamps

    - People
    - Pets
    - Stairs
    - Ramps
    - Balconies
    - Doorways
    - Windows
    - Glass tabletops
    - Open flames or sources of heat (like candles, fireplaces, or heating/cooking devices)
    - Liquids
    - Ceiling fans or light fixtures
    - Televisions, monitors, or other electronic devices
- Some apps require different types of movement, while others may allow you to interact with real objects or other users nearby. See **Mixed Reality** and **Sharing Space with Other Users (Co-location)**. Prepare an activity space that is safe for your selected apps. **Because these apps may introduce potential hazards in your activity space, use extra caution in these apps.**
  - Always ensure your activity space is free of hazards.
    - When starting or switching apps, remove objects from your activity space that you do not intend to use.
  - If you are using apps that allow or encourage moving about your activity space, your activity space should be large enough to allow you to extend your arms with the controllers (if you are using them) without coming into contact with objects, and should include a buffer between this space and any objects. Your buffer should be large enough that if you inadvertently trip or fall you will not come into

Visible

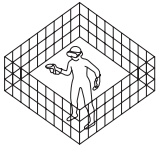
Trim

contact with an object or area that could be hazardous.
  - Use caution making quick movements. Quick movements increase the risk of injury or property damage by preventing you from reacting in time to stay in your designated activity space.
  - Ensure your activity space is appropriately lit for the app you are using; low lighting increases the risk of injury and property damage when moving within your activity space.
  - Some apps may allow you to interact with external, real-world objects or surfaces while using partially or completely immersive virtual content. Review and follow the **Mixed Reality** section and all instructions and warnings that may be separately provided in the app.
- The surface that you are seated or standing on while using your VR System should be level, stable, and clear of obstructions. Do not use your VR System on uneven floors, floors with loose rugs or carpeting, or other similar hazards.
- Consider having another person act as a spotter while you move around in your virtual world.
- Because your perceptions are limited while in VR, do not hold or handle things that are dangerous, may injure you or others, or may be damaged.
- Take appropriate steps to prevent others from entering your activity space, including people (particularly children) or pets who do not understand that your perceptions are limited (see **Sharing Space with Other Users (Co-location)**).

- Stop using the VR System if your environment becomes unsafe. If you sense that something or someone has entered your activity space, stop, remove your headset, or pause your app and enter passthrough (see **Passthrough**) to make sure your activity space is still safe.

Interaction with the Real World when Using the VR System

- Move carefully while you explore the virtual world. Fast or abrupt motion may cause a collision or loss of balance.
  - If you lose your balance or your sense of balance feels affected, remove your VR headset and take a break until normal balance returns.
  - Remember that objects or surfaces you see in the virtual world may not exist in the real world. Don't sit or stand on virtual objects or use them for support.
  - Remain seated unless your app requires standing or moving around your activity space.
- Use of your VR System with glasses may increase the risk of facial injury if you fall or hit your face.
- **The Guardian System.** The VR System contains a virtual boundary system feature—called the Guardian system—designed to help you stay in your activity space and avoid collisions with objects in the physical world while you are in your virtual environment.



Visible

Trim

- Follow on-screen instructions to define your activity space, and follow the instructions and warnings meant to keep you in your designated activity space.
- The Guardian system may offer different settings depending on the app selected. Choose settings based on the app selected and your preferred experience in that app.
- The Guardian system works best in a cleared space with walls and surroundings that create different patterns for the sensors to track. The Guardian system may not work properly in areas with undecorated, plain walls; glass; or mirrors. You are still responsible for using the VR System in a safe environment as described in this Guide.
- The Guardian system will only alert you to the boundary of your activity space. It cannot prevent you from moving out of your activity space or prevent other people, pets, or objects from entering your activity space. For example, it will not prevent you from running into a wall, or falling through a door or window, or down a stairwell.

- The Guardian System does not create an overhead boundary, so take care to ensure your activity space is clear of overhead hazards like ceiling fans and light fixtures.
- The Guardian system may not identify everything in your activity space.

- If you are using your hands instead of controllers, your hands will not trigger Guardian boundaries or other alerts if they are not in the limited field of view of your display.
- The Guardian system can only track real-world objects that you bring into mixed reality while they are in the limited field of view of your display.
- Follow all on-screen notifications for redefining the boundaries of your activity space or for the proper operation of the Guardian system.
- Moving at high speeds may not permit you to react in time to stay in your activity space, even if the Guardian system alerts you, so make sure you move slowly enough to react to any Guardian system alerts.
- The Guardian system may not work if your VR System is damaged.
- You can get more information about the Guardian system at store.meta.com/help/quest/guardian.

- **Passthrough Camera.** Your VR System is equipped with a “passthrough” camera feature that uses a camera to display your physical surroundings on your VR System screen.
  - The passthrough camera can help you stay inside your preset activity space boundaries created in the Guardian system and help alert you if you approach your boundaries or go outside them.
  - The passthrough camera is not as good as your natural senses. It may lag behind what is actually occurring (latency), has a smaller field of view, and may impair depth perception.
  - Take appropriate precautions when using the passthrough camera to view your surroundings.

Visible

Trim

- Always remove your headset for any real-world situation that requires attention or coordination so that you have an unobstructed view.
- Do not rely on the passthrough camera to interact with real-world objects except where you specifically have added them to your activity space (see **Mixed Reality**).
- **Navigation.**
  - Move slowly and carefully whenever you are using the passthrough camera.
  - Do not use the passthrough camera to navigate the real world, other than for short distances to return to your activity space or transition to another nearby activity space.
  - Do not attempt to use the passthrough camera to navigate areas that may contain stairs, slopes, or other hazards.
- Follow all in-app instructions and warnings that arise during, before, and after passthrough camera use.

- **Sharing Space with Other Users (Co-location).** Some apps may allow more than one user to be close to each other in physical proximity (**co-location**), within one activity space or multiple activity spaces. Follow all in-app instructions and warnings in setting up and using your activity space(s).
  - You and the other user(s) should each check to make sure that your activity space(s) are set up to allow safe interactions without coming into contact with each other.
    - Avoid crowding a shared activity space; more users increase risks of injury.

    - Use caution when entering or leaving the same activity space as another user. Users' in-app visibility of other co-located users goes away when those users leave the co-located app. If others are leaving your app, follow instructions and ensure they are clear of your activity space before continuing.
  - Avoid rapid, unexpected movements while using co-location; those movements increase risks of injury and property damage.
- **Mixed reality.** Some apps may allow you to view and interact with external, real-world objects or surfaces (such as a couch, wall, table, keyboard, or desk) while you are using your VR System. This type of experience is called "mixed reality." You will be able to add physical objects to your virtual environment by selecting and confirming them when you are setting up your activity space. You can also overlay virtual objects on your real-world environment while in your VR System.
  - When using mixed reality apps that allow those interactions, follow warnings and recommendations in selecting and interacting with real-world objects.
  - Always make sure that your real-world environment (physical activity space) is appropriate for your content.
    - Remove all objects from your physical activity space except those you intend to interact with in your mixed reality environment.
    - All objects remaining in your physical activity space should be selected and confirmed when you are setting up your virtual environment.

Visible

Trim

- Confirm the accuracy of the virtual object markers.
- Consider removing objects that appear difficult to be accurately represented (for example, unusually shaped objects like an artistic vase).
- If an object cannot be moved, you should either select and confirm it in your virtual environment or move your virtual environment to avoid the object by redrawing your Guardian boundaries.
- If you change apps, consider changing locations or adding or removing objects or surfaces to keep your activity space safe.
- Keep objects that are hazardous to you, others, your VR System, and your property (like sharp objects or liquids) away from and out of your activity space.
- Virtual objects may block your view of real-world objects you selected to include within your activity space. Always use caution when interacting with real and virtual objects in mixed reality.
- Guardian can track real-world objects that you bring into mixed reality only while they are in the limited field of view of your display.

Certain Experiences

Fitness/Wellness. Certain apps may have a fitness or wellness focus and may promote active movement. Read and follow all in-app instructions and warnings when using fitness or wellness apps.

- Before beginning:
  - Consult a doctor if you have been inactive, have a heart condition, or have or suspect any other medical condition that might be worsened by exercise;

  - Ensure that:
    - You have set up your activity space appropriately, removing any hazards or objects that you are not using (see **Setting Up Your Activity Space**), and
    - Your VR System and accessories are in good working order and clean.
- Take regular breaks when in fitness apps.
- After finishing, make sure that you have cleaned and dried your VR System (see **VR System Care** and cleaning instructions at store.meta.com/help/quest/cleaning).
- Stop using the VR System immediately if you experience discomfort or other unusual symptoms (see **Discomfort**) while using fitness/wellness apps. If your symptoms are serious or persist, consult a doctor immediately and do not resume until your doctor says you may do so.

Productivity & Work. Certain apps may have a productivity or work focus, or be used by you in the performance of your work.

- Before using apps for productivity or work, ensure that you have set up your activity space appropriately, removing hazards that may be obscured while you are wearing the headset.
  - Take care when setting up your VR System to ensure that it will allow comfortable use during the period you expect to use it (ergonomics) and afterward. If you experience any of the symptoms of Repetitive Stress Injury (see **Repetitive Stress Injury**), stop use and take a break until symptoms subside. If you continue to experience repetitive stress discomfort during or after use of your VR System, stop use and see a doctor.

Visible

Trim

- Ensure that you take regular breaks throughout the day.
- If you are using an activity space near or with another user or co-worker, ensure that you have enough space to use your selected app (see **Sharing Space with Other Users (Co-location)**).

Hearing Damage

- To prevent possible hearing damage, do not use your VR System at high volume levels for long periods.

WARNING **System Alerts**

For your protection, you should take immediate action when prompted by system alerts. The VR System may provide you with the following alerts:

- **Overheating Alert.** An audible and visual alert in the event the headset or controllers are overheating. If that alert appears/sounds, to reduce the risk of personal injury, immediately remove your headset or put your controllers down, or both, and let them cool down before continuing use.
- **Sound Volume Alert.** A visual alert in the event of high volume levels. If that alert appears, lower the sound volume to reduce the risk of hearing loss.
- **Outside of Activity Space Alert.** A visual alert if you are outside of your activity space. If that alert appears, use caution when in passthrough. For activities or situations that require your full attention, remove your headset. Otherwise, go back to your activity space to continue your experience, if desired.

- **Tracking Error System Alerts.** A visual alert if the VR System's tracking system is not operating properly. If the headset or controllers are experiencing tracking issues, then the Guardian system may not be functioning properly or may be disabled. If this alert appears, remove the headset and move to a safe space. Afterwards, follow the instructions provided on-screen to address the issue.

WARNING **Discomfort**

- Stop using the VR System if you feel discomfort and do not resume until discomfort ends. If it continues after you stop use, consult a doctor and don't use the VR System again until your doctor says it's okay.
- Immediately stop using the VR System if you experience any of the following symptoms:
  - Seizures
  - Loss of awareness
  - Eye strain
  - Eye or muscle twitching
  - Involuntary movements
  - Altered, blurred, or double vision or other visual abnormalities
  - Dizziness
  - Disorientation
  - Impaired balance
  - Impaired hand-eye coordination
  - Unusual sweating
  - Increased salivation
  - Nausea
  - Feeling faint or lightheaded
  - Shortness of breath
  - Heart palpitations
  - Discomfort or pain in the head, eyes or chest
  - Drowsiness

Visible

Trim

- Fatigue, including eye fatigue
- Pressure or chafing
- Itching, irritation, or other skin discomfort
- Any symptoms similar to motion sickness
- Any other unusual sensations or discomfort

Motion Sickness & Other After Effects

- **Just as with the symptoms people can experience after they disembark a cruise ship, symptoms of virtual reality exposure can persist and become more apparent hours after use.** These post-use symptoms can include the symptoms above, as well as excessive drowsiness and decreased ability to multitask. These symptoms may put you at an increased risk of injury when engaging in normal activities in the real world.
  - Do not drive, operate machinery, or engage in other visually or physically demanding activities that have potentially serious consequences (i.e., activities in which experiencing any symptoms could lead to death, personal injury, or damage to property), or other activities that require unimpaired balance and hand-eye coordination (such as playing sports or riding a bicycle, etc.) until you have fully recovered from any symptoms.

  - Do not use the VR System until all symptoms have completely subsided for several hours.

  - Be mindful of the type of app you were using prior to the onset of any symptoms because you may be more prone to symptoms associated with that app. Review the comfort-related information provided for that app (including a comfort rating, if applicable) and consider using an app with less intense camera or player motion, or other disorienting content/effects.
  - See a doctor if you experience serious or persistent symptoms.
- Use of the VR System in a moving vehicle such as a car, bus, plane, or train may increase your susceptibility to adverse symptoms due to variation in speed or sudden movements.

⚠ CAUTION **Skin Irritation**

The headset is worn next to your skin and scalp. Stop using the VR System if you notice swelling, skin discomfort, itchiness, skin irritation, unusual hair loss or other skin reactions. If you experience irritation, check your headset fit and adjust as appropriate. You may also find that symptoms resolve after cleaning. (See **VR System Care** and cleaning instructions available at store.meta.com/help/quest/cleaning.) If symptoms persist, contact a doctor.

- As with watches, rings, and other skin worn accessories, you may get pressure marks after using your headset that should fade after a short period. Be sure to fit your headset properly and avoid over-tightening.
- If you experience irritation or discomfort, using your headset with a cover over the front and rear pads may reduce or

Visible

Trim

eliminate your irritation or discomfort. Covers made of different materials may be available from the Meta Quest store at store.meta.com/quest/accessories. Other authorized covers may also be available. For information on how to identify authorized covers, visit store.meta.com/help/quest/authorizedparts.

Headset Adjustment

If you feel excessive pressure, irritation, chafing from your headset, or if the weight of your headset causes discomfort, adjust your headset fit to reduce the discomfort. If you cannot reduce the discomfort, discontinue use of your headset.

⚠WARNING Headset and Controller Batteries and Charging

Your VR System (including both the headset and controllers) contains rechargeable Lithium-Ion batteries and comes with a charging dock, power adapter (charger), and charging cables. Improper use of the batteries, charging dock, power adapter, or charging cables may result in a fire, explosion, battery leakage, or other hazard. Follow these instructions to reduce the risk of injury to you or others, and damage to your VR System or other property.

- The VR System's batteries are not user replaceable or serviceable. Do not attempt to open your headset or controllers to access, open, repair or replace the batteries. Contact Meta Quest Support, if you need battery or power management support for your device.
- Only charge your headset and controllers with the included or authorized charging dock, power adapter, and cables. Do not use other charging docks, cables or power adapters. If you are unsure about whether a charging dock, cable, or power adapter is authorized for your headset or controller, visit store.meta.com/help/quest/authorizedparts.
- Periodically inspect connection cables, connector tips, the charging dock, and power adapter for damage or signs of wear. Do not use your power adapter if prong(s), enclosure, connector port, connector cables, charging dock, or any part is damaged, cracked, or exposed.
- Do not use external battery packs or power sources other than the included power adapter or authorized accessories to charge the batteries or power the VR System.
- Do not attempt to charge or use the headset or controllers if they do not turn on after attempted charging, if they get abnormally warm when used or charged, or if the battery compartments are swollen, leaking liquid, or smoking.
- Do not disassemble, crush, bend, deform, puncture, shred, or put a high degree of pressure on the headset or controllers. This can cause leakage or an internal short-circuit in the batteries, resulting in overheating.
- Avoid dropping your headset or controllers. Drops, especially on a hard surface, can potentially cause damage to the headset, controllers, and batteries. Inspect your headset and controllers for visual damage before each use. If you suspect damage to your headset, controllers, or their batteries, contact Meta Quest Support.
- Do not let your headset or controllers get wet or come in contact with liquids. Even though the headset and controllers may

Visible

Trim

dry and appear to operate normally, the battery contacts or circuitry could slowly corrode and pose a safety hazard. If the headset or controllers get wet, contact Meta Quest Support, even if they appear to be working normally.

- Do not place your headset or controllers in areas that may get very hot, such as on or near a cooking surface, cooking appliance, iron or radiator or in direct sunlight. Excessive heating can damage the headset, the controllers, or their batteries and could cause the headset or the batteries to explode. Do not dry a wet or damp headset or controllers with an appliance or heat source such as a microwave oven, hair dryer, iron, or radiator. Do not leave your headset or controllers in a car in high temperatures.
- In the event of a battery leak, do not allow the liquid to come in contact with the skin or eyes. If contact occurs, wash the affected area with large amounts of water and seek medical advice.
- Always ensure that the headset and controllers have adequate ventilation and air flow while in use or charging. Covering the headset or controllers with materials that significantly affect air flow may affect its performance and poses a possible risk of fire or explosion.
- Your headset, controllers, charging dock, and power adapter comply with applicable limits for industry surface temperature standards. To prevent potential low-temperature burns from prolonged direct contact, avoid direct skin contact with your power adapter for long periods of time when charging, or when plugged into a power source. Ensure the power adapter is in a well-ventilated area when in use. Do not place the power adapter

under a pillow, blanket, clothing, or part of your body. Users with special medical or physical conditions that impair the ability to detect heat against your skin should take special care when using the device or charging with the power adapter. Follow any thermal warning or advisory that may appear on your headset's screen.
- Recycle or dispose of your headset, controllers, and batteries in accordance with all applicable laws and regulations. In some areas, the disposal of certain electronic devices is strictly regulated. Do not dispose of the headset or controllers in a fire or incinerator, as the batteries may explode when overheated. Dispose of your headset, controllers, and batteries separately from household waste. Refer to store.meta.com/legal/quest/product-information-sheet-quest-pro for proper maintenance and replacement of your VR System. Refer to store.meta.com/legal/quest/product-information-sheet-quest-pro for information on how to recycle your unwanted VR System or any component.

⚠WARNING **Charging Port, Contacts, Dock & Cable**

To avoid overheating, keep the following electrical charging points clean, dry, and free of debris:

- headset charging port and contacts,
- controller charging ports,
- headphone jack, and
- the provided/authorized charging dock and cables.

Periodically check these charging points to ensure that they do not show signs of corrosion or damage. Stop use and contact Meta Quest support if corrosion/damage is visible or suspected.

Visible

Trim

⚠WARNING **Electric Shock**

To reduce risk of electric shock:

- Do not modify or open any of the VR System components.
- Do not charge the VR System if any part of the provided or authorized power charging dock, cables, or power adapter is torn, any wires are exposed, debris is present, or the battery compartments are damaged.
- Do not insert any metal, conductive, or any foreign objects into the charging ports, charging contacts, or charging dock.
- Do not expose the VR System to water or fluid.
- ONLY use provided or authorized charging dock, cables, and power adapter with your VR System.

⚠WARNING **Headset and Controller Temperature**

It is normal for your headset and controllers to feel warm to the touch while in use or while charging. If your headset or controllers feel hot to the touch or are uncomfortably warm, stop using or charging and allow them to cool down.

- Take immediate action when prompted by any system alert for overheating (see **System Alerts**).
- Prolonged skin contact with a headset that is hot where it touches the skin may produce skin discomfort, redness, or low-temperature burns.

⚠WARNING **Repetitive Stress Injury**

Using the VR System may make your muscles, joints, neck, hand(s), or skin hurt. If any part of your body becomes tired or sore while using the VR System, or if you feel symptoms such as tingling, numbness, burning or stiffness, stop and rest at least until the symptoms go away. If you continue to have any of the above symptoms or other discomfort during or after use, stop use. If the symptoms persist, see a doctor.

⚠WARNING **Accessories and Controllers**

- Your VR System is not designed for use with any unauthorized accessory. Use of an unauthorized accessory may result in injury to you or others, may cause performance issues or damage to your VR System and related services, and may cause damage not covered by your warranty.
- Refer to accessory instructions for proper installation, warnings, and use of included and authorized accessories.
- Only use recommended batteries and charging systems for authorized accessories.
- Install and use wrist straps with accessories and controllers when available to secure them to your wrist when in use so they do not become loose projectiles.
  - You may wish to use stylus tips in certain apps that allow you to write, draw, or engage in similar activities. Always replace the stylus tips with the wrist straps when you complete the writing/drawing or similar activity and before returning to other apps.

Visible

Trim

⚠ CAUTION **VR System Care**

- Do not use your VR System if any part of it is broken or damaged. Contact Meta Quest support for assistance at store.meta.com/help/quest.
  - Periodically inspect your VR System for damage—including the following parts—and do not use if you see or suspect damage:
    - The headset (including the front plate, lenses, ports, etc.)
    - Electrical components (see **Headset and Controller Batteries and Charging**)
    - Controllers
    - Other accessories, whether included in your original VR System or otherwise
- Do not attempt to repair any part of your VR System yourself. Contact Meta Quest support for assistance.
- To avoid damage to your VR System, do not expose it to moisture, high humidity, high concentrations of dust or airborne materials, temperatures outside the operating range, or direct sunlight.
  - When transporting your headset, **always** attach the included **Protective Cover** to the front cover window of the headset.
- To avoid damage, keep your VR System away from pets.
- Keep all parts of your VR System clean, following instructions available from Meta Quest support at store.meta.com/help/quest/cleaning.

  - Different parts of your VR System must be cleaned **only** by using specific methods/tools.
    - Non-alcohol, non-abrasive antibacterial wipes may be used to clean the body of the headset **excluding** the front and the lenses. Follow the instructions available at the URL above.
- Improper cleaning can damage your VR System and may impair its operation, increasing the risk of injury or property damage.
  - The front cover window and the lenses should only be cleaned with the enclosed cleaning cloth.
    - Using any liquids—including any cleansers or soaps—could permanently damage the front cover window and the lenses.

Contagious Conditions

To avoid transferring contagious conditions (like pink eye), do not share your VR System with persons with contagious conditions, infections or diseases, particularly of the eyes, skin or scalp. The headset and controller(s) should be cleaned between each use (see **VR System Care**). Replace the pads on the headset if they become worn or cannot be cleaned.

⚠ CAUTION **Laser Information**

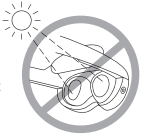
Your headset is a Class 1 laser product (see **Compliance**). Do not attempt to disassemble your headset. Making modifications to your headset or lasers may result in hazardous radiation exposure. **Contact Meta Quest Support if you need support for your device.**

Visible

Trim

NOTICE **No Direct Sunlight on Lenses**

Avoid direct sunlight on the lenses. Do not store or transport the headset in any manner that exposes the lenses to direct sunlight. Direct sunlight on the lenses for even brief periods may damage the optics and display.



NOTICE **Not a Medical Device**

The VR System is not a medical device, and is not intended to diagnose, treat, cure, or prevent any disease

REGULATORY INFORMATION

REGULATORY INFORMATION - US

FCC Compliance Statement: This device and its related accessories complies with part 15 of the FCC rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.
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 into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

FCC Caution: Changes or modifications to a device by the user that are not expressly approved by the party responsible for compliance could make the device no longer comply with the FCC Rules and void the user's authority to operate the equipment.

REGULATORY INFORMATION - CANADA

ISED Compliance Statement: This device contains license-exempt transmitter(s)/ receiver(s) that comply with Innovation, Science and Economic Development Canada's license-exempt RSS(s). Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause interference; and (2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Visible

Trim

This device is restricted to indoor use. Operation in the band 5150-5250 MHz is only for indoor use to reduce the potential for harmful interference to co-channel mobile satellite systems.

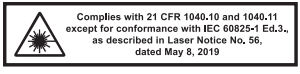
Regulatory compliance marks are placed on the straps of the headset.

Class 1 Laser Information

This device is classified as Class 1 Laser product per IEC 60825-1 Ed.3 (2014).

Caution – Use of controls or adjustments or performance of procedures other than those specified herein may result in hazardous radiation exposure.

This device should be serviced by Meta or an authorized service provider.



LIMITED WARRANTY

Limited warranty found at store.meta.com/legal/limited-warranty or by request at address below.

Meta Platforms Technologies, LLC
1 Hacker Way, Menlo Park, CA 94025, USA

DANS LA BOÎTE

- Casque Meta Quest Pro
- 2 Manettes Meta Quest Touch Pro
- Station de recharge
- Adaptateur secteur
- Câble de recharge du contrôleur
- Câble de chargement
- 2 Pointes de stylet
- 2 Anneaux antilumière (gauche et droite)
- Pince pour câble
- Protection faciale
- Chiffon de nettoyage
- 2 Cordons de poignet

CARACTÉRISTIQUES DU PRODUIT

Casque
Numéro de modèle : DK94EC
Caractéristiques électriques : 9V, 3A
Plage de température de fonctionnement : 0–35 °C

Manettes
Numéro de modèle : LW9 (Gauche) , VM4 (Droite)
Caractéristiques électriques : 5V, 1.5A
Plage de température de fonctionnement : 0–35 °C

Station de charge
Numéro de modèle : BW49KR
Caractéristiques électriques : 9V, 3A (27W) max.
Plage de température de fonctionnement : 0–35 °C

Visible

Trim

MISES EN GARDE EN MATIÈRE DE SANTÉ ET SÉCURITÉ

⚠ AVERTISSEMENT **MISES EN GARDE EN MATIÈRE DE SANTÉ ET SÉCURITÉ : Afin de réduire le risque de blessures corporelles, de malaises ou de dommages matériels, assurez-vous que tous les utilisateurs de votre dispositif de réalité virtuelle Meta Quest Pro, qui comprend le casque, les manettes, le système d'exploitation, les applications ainsi que la station de recharge, les câbles, l'adaptateur et les accessoires autorisés, lisent attentivement les mises en garde ci-dessous avant d'utiliser le dispositif.**

Votre dispositif de réalité virtuelle n'est pas insensible aux pannes et ne doit pas être utilisé dans le cadre d'activités critiques ou vitales.

Veuillez conserver ces informations pour référence ultérieure. Les caractéristiques et les accessoires de votre dispositif de réalité virtuelle peuvent varier. Visitez le site store.meta.com/quest/warnings pour obtenir la version la plus récente de ces mises en garde en matière de santé et sécurité.

Consultez le centre d'assistance Meta Quest à l'adresse store.meta.com/quest/safety-center pour plus d'informations sur l'utilisation sécuritaire de votre dispositif de réalité virtuelle.

Tout au long de ce manuel, nous avons inclus des icônes pour illustrer des problématiques de santé et de sécurité et vous orienter sur celles-ci. Ces icônes ne remplacent pas le texte du manuel ; veuillez donc vous reporter aux icônes et au texte de manière combinée.

Meta Quest offre des accessoires et des pièces de rechange de marque, et peut également autoriser d'autres accessoires et pièces de rechange pour votre dispositif de réalité virtuelle.

- Pour savoir comment déterminer si l'utilisation d'un accessoire ou d'une pièce de rechange avec le dispositif de réalité virtuelle est autorisée, rendez-vous à l'adresse store.meta.com/help/quest/authorizedparts.
- Les accessoires de marque ou autorisés peuvent vous aider à personnaliser votre dispositif de réalité virtuelle selon vos préférences. Veuillez lire les instructions et les mises en garde fournies avec ces accessoires, le cas échéant, avant de les utiliser.

⚠ AVERTISSEMENT **Âge requis/enfants.**

- **Ce produit n'est pas un jouet et ne doit pas être utilisé par des enfants de moins de 13 ans.**
  - Les enfants sous cet âge sont plus susceptibles de se blesser ou de ressentir des effets indésirables que les utilisateurs plus vieux.
  - Le dispositif de réalité virtuelle n'est pas conçu pour les enfants de moins de 13 ans.
    - La taille du casque ne convient pas aux jeunes enfants et pourrait leur causer de la gêne ou avoir des effets indésirables sur leur santé.
    - Les jeunes enfants sont à un stade critique de leur développement visuel, qui pourrait être affecté par

Visible
Trim

l'utilisation d'un dispositif de réalité virtuelle.
  - Ils sont également plus sensibles aux lésions auditives associées à l'utilisation d'un dispositif de réalité virtuelle réglé à un volume élevé.
  - Certaines applications peuvent être inappropriées pour des enfants de moins de 13 ans.

Utilisation adéquate par les enfants de 13 ans et plus sous la supervision d'un adulte

- L'utilisation prolongée par des enfants de 13 ans et plus doit être évitée, car elle pourrait avoir des effets négatifs sur la coordination main-œil, l'équilibre et les capacités à effectuer plusieurs tâches simultanément, ou présenter d'autres risques de blessures ou d'effets indésirables.
  - Imposez une limite de temps d'utilisation du dispositif de réalité virtuelle aux enfants de 13 ans et plus.
  - Assurez-vous qu'ils prennent des pauses pendant l'utilisation.
- Les adultes doivent surveiller les enfants de 13 ans et plus pendant et après leur utilisation du dispositif de réalité virtuelle pour :
  - s'assurer que les enfants suivent ces mises en garde, y compris celles décrites aux sections **Avant d'utiliser votre dispositif de réalité virtuelle** et **Espace d'activité et environnement** ;
  - surveiller l'apparition de symptômes décrits dans ces mises en garde (y compris ceux décrits à la présente section et aux sections **Malaises** et **Blessures dues à des mouvements répétitifs**) ;
  - **veiller à ce que les enfants de 13 ans et plus utilisent des applications appropriées** (tenez compte de l'évaluation du contenu et de la note de confort) ;
  - utiliser des outils de contrôle parental lorsque possible.

⚠ AVERTISSEMENT **Problèmes de santé préexistants**

- Consultez votre médecin avant d'utiliser le dispositif de réalité virtuelle si vous êtes enceinte ou âgé, si vous avez récemment subi une intervention médicale (y compris une chirurgie esthétique), ou si vous souffrez d'anomalies de la vision binoculaire, de troubles psychiatriques ou cardiaques ou d'un autre problème de santé important.
- **Convulsions.** Certaines personnes (environ 1 sur 4000) peuvent subir de graves vertiges, convulsions ou crises d'épilepsie, avoir des contractions musculaires ou oculaires, ou s'évanouir à la vue de stimulations lumineuses ou de faisceaux lumineux. Cela peut se produire lorsqu'elles regardent la télévision, jouent à des jeux vidéo ou vivent une expérience de réalité virtuelle, même si elles n'ont jamais eu de crise, qu'elles ne se sont jamais évanouies auparavant ou qu'elles n'ont pas d'antécédents de convulsions ou d'épilepsie. **Ces symptômes sont plus fréquents chez les enfants.** Toute personne chez qui se manifeste l'un de ces symptômes doit arrêter d'utiliser le dispositif de réalité virtuelle et consulter un médecin. Si vous êtes photosensible ou que vous avez déjà été sujet à des convulsions, à des évanouissements ou à d'autres symptômes liés à l'épilepsie (y compris l'épilepsie photosensible), consultez un médecin avant d'utiliser le dispositif de réalité virtuelle.

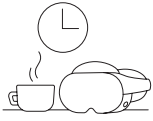
Visible

Trim

- **Interférence avec les dispositifs médicaux.** Le dispositif de réalité virtuelle contient des aimants ou des composants émettant des ondes radio susceptibles d'interférer avec le fonctionnement d'appareils électroniques situés à proximité, notamment les stimulateurs cardiaques, les appareils auditifs et les défibrillateurs. Si vous portez un stimulateur cardiaque ou un autre dispositif médical implanté, consultez votre médecin ou le fabricant du dispositif médical avant d'utiliser le dispositif de réalité virtuelle. Maintenez une distance sécuritaire entre le dispositif de réalité virtuelle et vos dispositifs médicaux. Arrêtez d'utiliser le dispositif de réalité virtuelle si vous constatez une interférence avec votre dispositif médical.

Temps et pauses

Utilisez le dispositif de réalité virtuelle progressivement pour vous habituer au dispositif et aux différentes applications. Bien que la durée des périodes d'utilisation et des pauses varie d'une personne à l'autre et en fonction des applications, **vous devriez toujours prendre des pauses régulières lorsque vous utilisez votre dispositif de réalité virtuelle.**



- Les premières fois, n'utilisez le dispositif de réalité virtuelle que quelques minutes à chaque utilisation, puis augmentez progressivement la durée d'utilisation du dispositif au fur et à mesure que vous vous habituez à l'expérience.

- Faites une pause au moins toutes les 30 minutes pendant la période d'adaptation au casque ou à de nouvelles applications.
- En cas de malaise, faites toujours une pause et ne recommencez l'utilisation que lorsque ce malaise a disparu (voir la section **Malaises**).
- Une utilisation prolongée sans pauses adéquates peut augmenter les risques de blessures, de dommages matériels ou d'effets indésirables.

⚠ AVERTISSEMENT **Avant d'utiliser votre dispositif de réalité virtuelle**

- Lisez et suivez toutes les instructions d'installation et d'utilisation fournies avec votre dispositif de réalité virtuelle, de même que toute instruction relative aux applications.
  - Votre dispositif de réalité virtuelle n'est pas conçu pour être utilisé avec des applications, des appareils, des accessoires ou des logiciels non autorisés. Une telle utilisation ou le piratage du dispositif de réalité virtuelle, d'un logiciel ou d'une application peut vous blesser ou blesser autrui, ou entraîner des malaises, des dommages matériels (y compris au dispositif de réalité virtuelle) ou des problèmes de fonctionnement non couverts par votre garantie.
- **Ajustement du dispositif de réalité virtuelle.**
  - **Ajustement du casque.** Pour réduire le risque de gêne (p. ex., pression, irritation ou frottement), le casque doit être positionné de manière équilibrée et centrée, et l'écartement des lentilles doit être réglé de manière appropriée

Visible

Trim

pour chaque utilisateur. Ajustez la molette pour assurer un positionnement confortable du casque.

Pour chaque utilisateur, ajustez la distance entre les lentilles en déplaçant les objectifs de façon à obtenir une image nette. Lorsqu'il est correctement ajusté, le casque doit tenir confortablement et vous devriez voir une seule image claire et nette. Vérifiez de nouveau les réglages avant de reprendre l'utilisation après une pause pour corriger tout changement non intentionnel.

- **Ajustement des manettes.** Installez et utilisez les dragonnes sur les manettes lorsque vous vous servez de ces dernières, sauf pour les applications nécessitant l'utilisation d'un stylet (voir la section **Accessoires et manettes**).
- **Dispositifs de blocage de la lumière.** Votre casque est doté de dispositifs de bocage de la lumière vous permettant de vivre une expérience des plus immersives. Retirez-les pour avoir une meilleure perception de votre environnement réel, notamment lorsque vous utilisez la caméra de retour à la vie réelle, la réalité mixte ou des applications en colocalisation (qui permettent d'interagir avec d'autres utilisateurs à proximité).

- **Sélection des applications.** Lisez et suivez toutes les instructions et les mises en garde fournies avec l'application que vous souhaitez utiliser, le cas échéant.

  - **Recommandations d'âge en fonction du contenu.** La réalité virtuelle est immersive et certaines applications proposent du contenu intense, effrayant, violent ou anxiogène. Choisissez soigneusement vos applications et celles que des enfants de 13 ans et plus utiliseront, et reportez-vous aux classifications et aux recommandations d'âge.
  - **Informations sur le confort.** Dans la boutique Meta Quest, vous trouverez des informations sur le confort (y compris les notes de confort) pour certaines applications relativement aux mouvements de la caméra et de l'utilisateur ainsi qu'à la présence de contenu et d'effets pouvant être désorientants. Veuillez passer en revue ces informations avant de sélectionner ou d'utiliser une application. (Pour plus de détails sur la façon dont les informations sur le confort peuvent vous aider à vivre une expérience agréable, rendez-vous à l'adresse store.meta.com/help/quest/comfort.
    - Si la réalité virtuelle est quelque chose de nouveau pour vous ou si vous êtes sujet aux malaises ou au mal des transports, commencez par des applications ayant une note de confort élevée et nécessitant peu de

Visible
Trim

mouvements dans l'environnement virtuel avant de vous soumettre à des expériences plus intenses.

- **Utilisation uniquement dans les bonnes conditions.** Pour vivre une expérience de réalité virtuelle agréable, vos facultés doivent être intactes. N'utilisez pas le dispositif de réalité virtuelle lorsque vous êtes dans l'une des situations suivantes (puisque cela pourrait augmenter votre sensibilité aux symptômes indésirables) :
  - Fatigue ou épuisement ;
  - Facultés affaiblies par l'alcool ou les drogues ;
  - Gueule de bois ;
  - Problèmes digestifs ;
  - Stress émotionnel ou anxiété ;
  - Rhume, grippe, COVID-19 ou maladies semblables et maux de tête, migraines ou otalgies.

Espace d'activité et environnement

⚠ AVERTISSEMENT **Risques liés à la liberté de mouvement**

Votre dispositif de réalité virtuelle est conçu pour suivre vos mouvements pendant l'utilisation et reproduire vos actions dans le monde virtuel lorsque vous bougez dans le monde réel. Cette liberté de mouvement signifie que vous devez prendre les mesures appropriées pour vivre une expérience en toute sécurité.

⚠ AVERTISSEMENT **Installation et utilisation uniquement dans un environnement sûr**

Votre dispositif de réalité virtuelle vous offre une expérience immersive qui peut détourner votre attention de l'environnement réel ou altérer votre perception visuelle, auditive et spatiale dans celui-ci.

- Votre casque limite votre champ de vision. Il se peut que vous n'en ayez pas conscience.
- Faites preuve de prudence lorsque vous utilisez les dispositifs de blocage de la lumière pour rendre votre expérience encore plus immersive, car ils restreindront davantage votre champ de vision.

Usages interdits

- Le dispositif de réalité virtuelle n'est pas destiné à être utilisé à l'extérieur. Une telle utilisation est source de dangers supplémentaires qui échappent à votre contrôle, comme des surfaces accidentées et glissantes, des conditions météorologiques particulières, des obstacles non anticipés, des gens, des animaux et des véhicules (la circulation). Par ailleurs, le dispositif peut ne pas fonctionner correctement à l'extérieur.

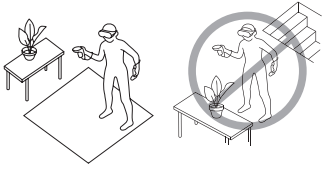
- N'utilisez jamais le casque ou le dispositif dans des situations qui nécessitent de l'attention, par exemple la course, le vélo, la conduite ou la manipulation d'objets dangereux, que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur.

Visible

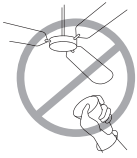
Trim

Choix de votre espace d'activité sûr

- **Avant de commencer à utiliser votre dispositif de réalité virtuelle et pendant votre utilisation, ayez toujours conscience de votre environnement. Faites preuve de prudence afin d'éviter les blessures.**



- La création et le maintien à tout moment d'un espace d'activité sûr relèvent de votre responsabilité.
- Utilisez votre dispositif de réalité virtuelle uniquement à l'intérieur. À l'extérieur, les risques de blessures et de dommages matériels (y compris au dispositif de réalité virtuelle) sont accrus (voir la section **Usages interdits**).
- Créez une zone sûre autour de vous, y compris au-dessus de vous, avant d'utiliser le dispositif de réalité virtuelle. Vous pouvez vous blesser gravement si vous trébuchez ou heurtez des murs, des meubles, des objets, des animaux ou des personnes.



  - Choisissez un espace d'activité exempt de dangers potentiels, comme :
    - des murs ;
    - des meubles ;

    - des lampes ;
    - des personnes ;
    - des animaux domestiques ;
    - des escaliers ;
    - des rampes ;
    - des balcons ;
    - des entrées de porte ;
    - des fenêtres ;
    - des dessus de table en verre ;
    - des flammes nues ou des sources de chaleur (comme des bougies, une cheminée ou des appareils de chauffage ou de cuisson) ;
    - des liquides ;
    - des ventilateurs de plafond ou des luminaires ;
    - des téléviseurs, des moniteurs ou d'autres appareils électroniques.
- Certaines applications nécessitent de faire différents mouvements tandis que d'autres vous permettent d'interagir avec des objets réels ou d'autres utilisateurs à proximité [voir les sections **Réalité mixte** et **Partage de l'espace avec d'autres utilisateurs (colocalisation)**]. Aménagez votre espace d'activité de manière à ce qu'il vous permette d'utiliser vos applications en toute sécurité. **Comme ces applications peuvent introduire des dangers potentiels dans votre espace d'activité, redoublez de prudence lorsque vous les utilisez.**
- Assurez-vous que votre espace d'activité est exempt de danger.
  - Avant de lancer une application ou de passer à une autre, retirez de votre espace d'activité les objets que vous n'avez pas l'intention d'utiliser.

Visible

Trim

- Si vous utilisez des applications qui vous permettent de vous déplacer dans votre espace d'activité ou qui vous encouragent à le faire, cet espace doit être assez grand pour que vous puissiez étendre vos bras avec les manettes (si utilisées) sans toucher d'objets, et vous devez prévoir un espace supplémentaire entre votre espace d'activité et les objets à proximité. Cet espace supplémentaire doit être suffisamment grand pour que vous n'entriez pas en contact avec un objet ou une zone dangereuse si vous trébuchez ou tombez.
- Soyez prudent lorsque vous effectuez des mouvements brusques. Les mouvements brusques augmentent les risques de blessures ou de dommages matériels, car ils vous empêchent de réagir à temps pour rester dans votre espace d'activité.
- Assurez-vous que votre espace d'activité est assez bien éclairé pour l'application que vous utilisez. Un faible éclairage augmente les risques de blessures et de dommages matériels lors des mouvements dans l'espace d'activité.
- Certaines applications vous permettent d'interagir avec des surfaces ou des objets de l'environnement réel en utilisant du contenu virtuel partiellement ou totalement immersif. Passez en revue et suivez les instructions de la section **Réalité mixte** ainsi que toute autre instruction ou mise en garde fournie séparément dans l'application que vous utilisez.

- Lors de votre utilisation du dispositif de réalité virtuelle, la surface sur laquelle vous êtes assis ou debout doit être plane,

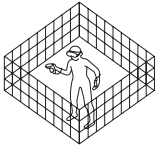
stable et exempte d'obstacles. N'utilisez pas le dispositif sur des surfaces inégales, de la moquette ou des tapis non fixés, ou des surfaces comportant des dangers semblables.
- Envisagez de demander à quelqu'un d'être votre accompagnateur pendant que vous vous déplacez dans un environnement virtuel.
- Comme vos perceptions sont limitées dans la réalité virtuelle, ne tenez et ne manipulez pas d'objets dangereux pouvant vous blesser, blesser autrui ou être endommagés.
- Prenez les mesures nécessaires pour empêcher les personnes (particulièrement les enfants) et les animaux domestiques qui ne comprennent pas que vos perceptions sont limitées d'entrer dans votre espace d'activité [voir la section **Partage de l'espace avec d'autres utilisateurs (colocalisation)**].
- Cessez d'utiliser le dispositif de réalité virtuelle si votre environnement devient dangereux. Si vous avez l'impression que quelque chose ou quelqu'un est entré dans votre espace d'activité, arrêtez ce que vous faites et retirez votre casque ou mettez votre application en pause et activez la caméra de retour à la vie réelle (voir la section **Caméra de retour à la vie réelle**) pour vous assurer que votre espace est toujours sûr.

Interaction avec le monde réel pendant l'utilisation du dispositif de réalité virtuelle

- Déplacez-vous avec prudence lorsque vous explorez le monde virtuel. Des mouvements rapides ou brusques peuvent provoquer une collision ou une perte d'équilibre.

- Si vous perdez l'équilibre ou que vous sentez que votre sens de l'équilibre est perturbé, retirez votre casque de réalité virtuelle et faites une pause jusqu'à ce que vous retrouviez votre équilibre.
- Gardez à l'esprit que les objets ou surfaces que vous voyez dans l'environnement virtuel peuvent ne pas exister dans l'environnement réel. De fait, ne vous y asseyez pas, n'y montez pas et ne vous y appuyez pas.
- Restez en position assise à moins que l'application ne requière que vous vous teniez debout ou que vous vous déplaciez dans votre espace d'activité.

- L'utilisation du dispositif de réalité virtuelle avec des lunettes peut augmenter le risque de blessures au visage si vous tombez ou si vous vous cognez la tête.
- **Le système Guardian.** Le dispositif de réalité virtuelle est doté d'un système de limite virtuelle, le système Guardian, conçu pour vous aider à rester dans votre espace d'activité et à éviter les collisions avec des objets du monde physique lorsque vous êtes dans votre environnement virtuel.



  - Suivez les instructions à l'écran pour définir votre espace d'activité, et suivez les instructions et les mises en garde destinées à vous maintenir dans cet espace.
  - Le système Guardian peut offrir différents paramètres en fonction de l'application sélectionnée. Choisissez les paramètres en fonction de l'application sélectionnée et de votre expérience préférée dans cette application.
- Le fonctionnement du système Guardian est optimal dans un espace dégagé, avec des murs et un environnement qui créent différents reliefs que les capteurs peuvent détecter. Le système Guardian peut ne pas fonctionner correctement dans les zones avec des murs non décorés, du verre ou des miroirs. Vous avez toujours la responsabilité d'utiliser le dispositif de réalité virtuelle dans un environnement sûr, comme défini dans ce manuel.
- Le système Guardian ne fait que vous avertir des limites de votre espace d'activité. Il ne peut pas vous empêcher de sortir de cet espace ni empêcher des personnes, des animaux ou des objets d'y entrer. Par exemple, il ne vous empêchera pas de vous heurter à un mur, de franchir une porte ou une fenêtre, ou de tomber dans des escaliers.

- Le système Guardian ne crée pas de limite au-dessus de vous ; veillez donc à ce que votre espace d'activité soit exempt de danger (p. ex., des ventilateurs de plafond ou des luminaires) à cet endroit.
- Il est possible que le système Guardian ne détecte pas tout ce qui se trouve dans votre espace d'activité.

Visible

Trim

- Si vous utilisez vos mains au lieu des manettes, vous ne recevrez pas d'avertissements du système Guardian ou d'autres alertes si vos mains ne se trouvent pas dans le champ de vision restreint de votre environnement virtuel.
- Le système Guardian peut seulement détecter les objets réels que vous utilisez dans la réalité mixte s'ils se trouvent à l'intérieur du champ de vision restreint de votre environnement virtuel.
- Suivez toutes les notifications à l'écran pour redéfinir les limites de votre espace d'activité ou assurer le bon fonctionnement du système Guardian.
- Vous déplacer rapidement peut vous empêcher de réagir à temps et de rester dans votre espace d'activité, même si le système Guardian vous avertit. Par conséquent, veillez à vous déplacer suffisamment lentement pour avoir le temps de réagir aux alertes du système Guardian.
- Le système Guardian peut ne pas fonctionner si votre dispositif de réalité virtuelle est endommagé.
- Pour plus d'informations sur le système Guardian, consultez le site store.meta.com/help/quest/guardian.

- **Caméra de retour à la vie réelle.** Votre dispositif de réalité virtuelle est équipé d'une fonctionnalité de retour à la vie réelle qui utilise une caméra pour faire apparaître votre environnement physique sur l'écran de votre dispositif.
  - La caméra de retour à la vie réelle peut vous aider à rester dans les limites de votre espace d'activité définies avec le système Guardian et vous avertir si vous vous approchez de ces limites ou les dépassez.

  - La caméra de retour à la vie réelle n'est pas aussi efficace que vos sens naturels. Elle peut entraîner un décalage avec ce qui se passe réellement (latence), réduire votre champ de vision et altérer votre perception de la profondeur.
  - Prenez les précautions appropriées quand vous utilisez la caméra de retour à la vie réelle pour voir votre environnement.
  - Retirez toujours votre casque dans les situations du monde réel nécessitant de l'attention ou de la coordination, afin que votre vue ne soit pas obstruée.
  - Ne vous fiez pas à la caméra de retour à la vie réelle pour interagir avec des objets de l'environnement réel, sauf ceux ajoutés volontairement à votre espace d'activité (voir la section **Réalité mixte**).
  - **Déplacements.**
    - Déplacez-vous lentement et prudemment chaque fois que vous utilisez la caméra de retour à la vie réelle.
    - N'utilisez pas la caméra de retour à la vie réelle pour vous déplacer dans le monde physique (réel), sauf pour de courtes distances afin de retourner à votre espace d'activité ou pour faire la transition vers un autre espace d'activité à proximité.
    - N'essayez pas d'utiliser la caméra de retour à la vie réelle pour vous déplacer dans des zones présentant des escaliers, des surfaces inclinées ou d'autres dangers.
  - Suivez les instructions et les mises en garde de l'application qui apparaissent avant, pendant et après l'utilisation de la caméra de retour à la vie réelle.

Visible

Trim

- **Partage de l'espace avec d'autres utilisateurs (colocalisation)** Certaines applications permettent à plusieurs utilisateurs d'être physiquement proches les uns des autres (en **colocalisation**) dans un ou plusieurs espaces d'activité. Respectez les instructions et les mises en garde de l'application lorsque vous définissez votre ou vos espaces d'activité.
  - Vous et tout autre utilisateur devez vous assurer que votre espace d'activité partagé ou vos espaces d'activités respectifs sont configurés de manière à ce que vous puissiez interagir dans l'environnement virtuel en évitant tout contact accidentel dans l'environnement réel.
    - Évitez de partager un même espace d'activité avec trop de personnes à la fois. Plus il y a d'utilisateurs, plus le risque de blessures est élevé.
    - Faites preuve de prudence lorsque vous entrez dans un espace d'activité partagé avec un autre utilisateur et lorsque vous en sortez. Les utilisateurs d'une application en colocalisation cessent d'en voir les autres utilisateurs quand ces derniers quittent l'application. Si d'autres utilisateurs quittent l'application que vous utilisez, suivez les instructions et assurez-vous qu'ils sont sortis de l'espace d'activité avant de continuer.
  - Lorsque vous utilisez une application en colocalisation, évitez les mouvements brusques et rapides, car ils augmentent les risques de blessures et de dommages matériels.

- **Réalité mixte.** Certaines applications peuvent vous permettre de voir des surfaces ou des objets de l'environnement réel (comme un divan, un mur, une table, un clavier ou un bureau) et d'interagir avec eux dans l'environnement virtuel pendant que vous utilisez votre dispositif de réalité virtuelle. On appelle cette expérience réalité mixte. Vous avez la possibilité d'ajouter des objets physiques à votre environnement virtuel en les sélectionnant et en les confirmant lors de la configuration de votre espace d'activité. Vous pouvez également ajouter des objets virtuels à votre environnement réel lorsque vous utilisez votre dispositif de réalité virtuelle.
  - Lorsque vous utilisez des applications de réalité mixte qui permettent ces interactions, suivez les mises en garde et les recommandations concernant le choix d'objets réels et les interactions avec eux.
  - Assurez-vous toujours que votre environnement réel (espace d'activité physique) convient au contenu sélectionné.
    - Retirez tous les objets de votre espace d'activité physique, sauf ceux avec lesquels vous avez l'intention d'interagir dans votre environnement de réalité mixte.
    - Tous les objets que vous souhaitez garder dans votre espace d'activité physique doivent être sélectionnés et confirmés lors de la configuration de votre espace d'activité virtuel.
      - Confirmez l'exactitude des marqueurs virtuels associés aux objets réels.

Visible
Trim

- Envisagez de retirer les objets difficiles à représenter dans l'environnement virtuel (p. ex., les objets aux formes irrégulières comme un vase décoratif).
- Si un objet ne peut pas être déplacé, vous pouvez le sélectionner et le confirmer dans votre environnement virtuel, ou encore redéfinir votre environnement virtuel de sorte que l'objet ne soit plus inclus dans les limites du système Guardian.
- Lorsque vous changez d'application, pensez à changer d'espace d'activité ou à ajouter ou retirer des objets pour qu'il demeure sûr.

- Les objets qui peuvent représenter un danger pour vous, d'autres personnes, votre dispositif de réalité virtuelle ou vos biens (p. ex., objets coupants ou liquides) doivent être retirés et tenus à l'écart de votre espace d'activité.
- Les objets virtuels peuvent obstruer votre champ de vision et vous empêcher de voir les objets réels que vous avez ajoutés à votre espace d'activité. Faites toujours preuve de prudence lorsque vous interagissez avec des objets réels et virtuels dans un environnement de réalité mixte.
- Le système Guardian peut seulement détecter les objets réels que vous utilisez dans la réalité mixte s'ils se trouvent à l'intérieur du champ de vision restreint de votre environnement virtuel.

Certaines expériences

Conditionnement physique ou bien-être. Certaines applications peuvent être axées sur le conditionnement physique ou le bien-être et promouvoir l'activité

physique. Si vous utilisez ces applications, lisez et respectez les instructions et les mises en garde qui y figurent.

- Avant de commencer, faites ce qui suit.
  - Consultez un médecin si vous ne faites pas d'exercice, si vous souffrez de troubles cardiaques, ou si vous présentez d'autres problèmes de santé pouvant être aggravés par l'exercice ou si vous avez des soupçons à ce sujet.
  - Assurez-vous de ce qui suit.
    - Vous avez configuré correctement votre espace d'activité en veillant à enlever toute source de dangers ou tout objet non utilisé (voir la section **Configuration de votre espace d'activité**).
    - Votre dispositif de réalité virtuelle et vos accessoires sont propres et en bon état de fonctionnement.
- Prenez des pauses régulières lorsque vous utilisez des applications de conditionnement physique.
- Après chaque utilisation, assurez-vous de nettoyer et de laisser sécher votre dispositif (voir la section **Entretien du dispositif de réalité virtuelle** et les instructions de nettoyage accessibles à l'adresse store.meta.com/help/quest/cleaning).
- Cessez d'utiliser le dispositif immédiatement si vous éprouvez un malaise ou d'autres symptômes inhabituels (voir la section **Malaises**) lorsque vous utilisez des applications de conditionnement physique ou de bien-être. Si vos symptômes sont graves ou persistent, consultez un médecin immédiatement et n'utilisez pas le dispositif tant que votre médecin ne vous y a pas autorisé.

Visible
Trim

Productivité et travail. Certaines applications peuvent être axées sur la productivité et le travail, ou utilisées dans le cadre de vos fonctions.

- Avant d'utiliser ces applications, vérifiez que vous avez configuré votre espace d'activité correctement en veillant à enlever toute source de dangers pouvant être oubliée lors du port du casque.
  - Prenez soin de bien ajuster votre dispositif de réalité virtuelle pour pouvoir l'utiliser confortablement pendant et après la période prévue (selon les principes d'ergonomie). Si vous éprouvez des symptômes de blessures dues à des mouvements répétitifs (voir la section **Blessures dues à des mouvements répétitifs**), cessez d'utiliser le dispositif et prenez une pause jusqu'à ce que les symptômes disparaissent. Si les blessures dues à des mouvements répétitifs persistent pendant ou après l'utilisation du dispositif, arrêtez celle-ci et consultez un médecin.
- Assurez-vous de prendre des pauses régulières tout au long de la journée.
- Si vous utilisez un espace d'activité à proximité d'un autre utilisateur ou collègue ou avec lui, assurez-vous d'avoir suffisamment d'espace pour utiliser l'application de votre choix [voir la section **Partage de l'espace avec d'autres utilisateurs (colocalisation)**].

Lésions auditives

- Pour prévenir les lésions auditives, n'utilisez pas le dispositif de réalité virtuelle à un volume élevé pendant de longues périodes.

⚠ AVERTISSEMENT **Alertes du système**

Pour votre protection, vous devez prendre des mesures immédiates lorsque des alertes du système vous y invitent. Le dispositif de réalité virtuelle peut émettre les alertes suivantes :

- **Alerte de surchauffe.** Cette alerte sonore et visuelle est déclenchée lorsque le casque ou les manettes sont en surchauffe. Si elle apparaît ou retentit, retirez votre casque ou posez vos manettes immédiatement et laissez-les refroidir avant de continuer à les utiliser, afin de réduire les risques de blessures.
- **Alerte de volume.** Cette alerte visuelle est déclenchée en cas de volume élevé. Si elle apparaît, baissez le volume pour réduire le risque de perte auditive.
- **Alerte de sortie de l'espace d'activité.** Cette alerte visuelle est déclenchée si vous sortez de l'espace d'activité. Si elle apparaît, faites preuve de prudence lorsque vous utilisez la caméra de retour à la vie réelle. Retirez le casque si vous devez réaliser des activités ou gérer des situations exigeant toute votre attention. Autrement, retournez à votre espace d'activité pour poursuivre l'expérience si vous le désirez.
- **Alertes lors d'erreur du système de suivi.** Cette alerte visuelle est déclenchée si le système de suivi du dispositif de réalité virtuelle ne fonctionne pas correctement. Si le casque ou les manettes rencontrent

des problèmes de suivi, il se peut que le système Guardian ne fonctionne pas correctement ou qu'il soit désactivé. Si cette alerte apparaît, retirez le casque et déplacez-vous vers un endroit sûr. Suivez ensuite les instructions fournies à l'écran pour résoudre le problème.

⚠ AVERTISSEMENT **Malaises**

- En cas de malaise, cessez l'utilisation du dispositif de réalité virtuelle et ne la reprenez qu'une fois le malaise passé. Si le malaise persiste après la fin de l'utilisation, consultez un médecin et n'utilisez pas le dispositif tant que votre médecin ne vous y a pas autorisé.
- Cessez immédiatement d'utiliser le dispositif si vous éprouvez les symptômes suivants :
  - Convulsions ;
  - Perte de conscience ;
  - Fatigue oculaire ;
  - Contractions oculaires ou musculaires ;
  - Mouvements involontaires ;
  - Anomalies visuelles (vision altérée, floue ou double, etc.) ;
  - Vertiges ;
  - Désorientation ;
  - Déséquilibre ;
  - Trouble de la coordination main-œil ;
  - Transpiration inhabituelle ;
  - Augmentation de la salivation ;
  - Nausées ;
  - Sensation d'évanouissement ou d'étourdissement ;
  - Essoufflement ;
  - Palpitations cardiaques ;
  - Malaise, maux de tête, ou douleur aux yeux ou à la poitrine ;
  - Somnolence ;
  - Fatigue, y compris la fatigue oculaire ;

  - Pression ou frottement ;
  - Démangeaisons, irritations ou autres sensations de gêne sur la peau ;
  - Symptômes similaires au mal des transports ;
  - Autres sensations ou malaises inhabituels.

Mal des transports et autres effets secondaires

- **Comme le mal de terre dont certaines personnes souffrent après une croisière, les symptômes de l'exposition à la réalité virtuelle peuvent persister et s'accroître plusieurs heures après l'utilisation.** Les symptômes pouvant survenir après l'utilisation comprennent ceux décrits ci-dessus, mais aussi la somnolence excessive et une diminution des capacités à effectuer plusieurs tâches en même temps. Ces symptômes posent des risques accrus de blessure lorsque vous vous livrez à des activités normales dans le monde réel.
  - Jusqu'à la disparition complète de tous les symptômes, évitez de conduire, d'utiliser des machines et de pratiquer d'autres activités demandant des efforts visuels ou physiques pouvant avoir des conséquences graves (à savoir des activités lors desquelles l'apparition de symptômes pourrait entraîner des dommages matériels, des blessures ou le décès) ou d'autres activités nécessitant un sens de l'équilibre et une coordination main-œil intacts (p. ex., faire du sport ou du vélo).

Visible
Trim

- Veuillez attendre plusieurs heures après la disparition complète de tous les symptômes avant de réutiliser le dispositif de réalité virtuelle.
- Tenez compte du type d'application utilisée avant l'apparition des symptômes, car vous pourriez être plus propice à certains symptômes associés à l'utilisation de l'application. Consultez les informations sur le confort de l'application (y compris la note de confort, le cas échéant) et envisagez d'utiliser une application avec peu de mouvements de la caméra et de l'utilisateur, ou de contenu ou d'effets pouvant désorienter.
- Consultez un médecin si vous présentez des symptômes graves ou persistants.

- N'utilisez pas le dispositif dans un véhicule en mouvement comme une voiture, un bus, un avion ou un train ; la variation de la vitesse et les mouvements brusques sont susceptibles d'augmenter vos risques de ressentir des symptômes indésirables.

⚠ MISE EN GARDE **Irritation cutanée**

Lorsque vous le portez, le casque est contre votre peau et votre cuir chevelu. N'utilisez plus le dispositif de réalité virtuelle si vous constatez des gonflements, des sensations de gêne, des démangeaisons, des irritations, une chute de cheveux inhabituelle ou d'autres réactions cutanées. Si vous présentez des irritations, assurez-vous que le casque est bien ajusté. Les symptômes pourraient également disparaître après le nettoyage du dispositif (voir la section **Entretien du dispositif de réalité virtuelle** et les instructions de nettoyage

accessibles à l'adresse store.meta.com/help/quest/cleaning). Si les symptômes persistent, consultez un médecin.

- Tout comme le port de montres, de bagues ou d'accessoires en contact avec la peau, le port du casque peut entraîner des marques de pression qui devraient disparaître rapidement. Assurez-vous d'ajuster votre casque correctement, sans trop le serrer.
- Si vous présentez des irritations ou de la gêne, l'utilisation d'une housse sur les coussinets avant et arrière peut réduire ou éliminer ces sensations. Des housses faites en différents matériaux sont offertes dans la boutique de Meta Quest à l'adresse store.meta.com/quest/accessories. D'autres housses autorisées peuvent également être offertes. Pour savoir comment déterminer si une housse est autorisée, rendez-vous à l'adresse store.meta.com/help/quest/authorizedparts.

Ajustement du casque

Si vous ressentez de la pression, une irritation ou un frottement à cause du casque, ou si son poids provoque de la gêne, ajustez le casque pour réduire la sensation. Si rien n'y fait, cessez d'utiliser le casque.

⚠ AVERTISSEMENT **Batterie, piles et recharge du casque et des manettes**

Votre dispositif de réalité virtuelle contient une batterie dans le casque et des piles au lithium-ion rechargeables dans les manettes. Sont également fournis une station de recharge, un adaptateur (chargeur) et des câbles de recharge. Une mauvaise utilisation de la batterie, des piles, de la station de

Visible

Trim

recharge, de l'adaptateur ou des câbles de recharge peut provoquer un incendie, une explosion, une fuite des batteries ou d'autres dangers. Suivez les présentes instructions pour réduire le risque de vous blesser, de blesser d'autres personnes ou d'endommager votre dispositif ou d'autres biens.

- La batterie et les piles des éléments du dispositif ne sont ni remplaçables ni réparables par l'utilisateur. N'essayez pas d'ouvrir votre casque ou vos manettes pour accéder à la batterie ou aux piles et évitez d'ouvrir, de réparer ou de remplacer la batterie et les piles. Contactez Meta Quest Support si vous avez besoin d'aide concernant la batterie, les piles ou l'alimentation de votre dispositif.
- Rechargez votre casque et vos manettes uniquement avec la station de recharge, l'adaptateur et les câbles fournis ou autorisés. N'utilisez pas d'autres stations ou câbles de recharge, ou d'autres adaptateurs. En cas de doute sur l'adaptateur, ou la station ou les câbles de recharge autorisés pour votre casque ou vos manettes, rendez-vous à l'adresse store.meta.com/help/quest/authorizedparts.
- Vérifiez régulièrement les câbles d'alimentation, les extrémités des connecteurs, la station de recharge et l'adaptateur pour vous assurer qu'ils sont exempts de dommages et de signes d'usure. N'utilisez pas votre adaptateur électrique si une pièce (une broche, le boîtier, le port de connexion, le câble de connexion, la station de recharge, etc.) est endommagée, fissurée ou à découvert.

- N'utilisez pas de bloc-batterie ou de sources d'alimentation externes autres que l'adaptateur fourni ou les accessoires autorisés pour recharger la batterie ou alimenter le dispositif de réalité virtuelle.
- N'essayez pas de recharger ou d'utiliser le casque ou les manettes s'ils ne s'allument pas après une tentative de recharge, s'ils deviennent anormalement chauds pendant l'utilisation ou la recharge, ou si le compartiment de la batterie ou de la pile est gonflé ou laisse échapper du liquide ou de la fumée.
- Évitez de désassembler, d'écraser, de plier, de déformer, de percer et de broyer le casque ou les manettes et de les soumettre à une pression élevée. Cela peut causer une fuite ou un court-circuit interne de la batterie et provoquer une surchauffe.
- Évitez de faire tomber votre casque ou vos manettes. Une chute, surtout sur une surface dure, peut endommager le casque, les manettes, la batterie et les piles. Avant chaque utilisation, inspectez votre casque et vos manettes pour repérer les dommages visibles. Si vous soupçonnez que votre casque, vos manettes ou leurs batterie ou piles ont subi des dommages, contactez Meta Quest Support.
- Ne mouillez pas votre casque ni vos manettes et ne les exposez pas à des liquides. Bien que le casque et les manettes puissent sécher et sembler fonctionner normalement, les contacts et les circuits de la batterie et des piles peuvent s'éroder progressivement et poser un risque de sécurité. Contactez Meta Quest Support si le casque ou les manettes sont mouillés, même s'ils semblent fonctionner normalement.

Visible

Trim

- Ne placez pas votre casque ni vos manettes dans des endroits susceptibles de devenir très chauds (p. ex., près d'une surface de cuisson, d'un appareil de cuisson, d'un fer à repasser ou d'un radiateur ou sur ces appareils) et ne les exposez pas à la lumière directe du soleil. Une surchauffe peut endommager le casque, les manettes, la batterie ou les piles et provoquer leur explosion. Ne séchez pas un casque ou des manettes mouillés ou humides avec un appareil électroménager ou une source de chaleur comme un four à micro-ondes, un sèche-cheveux, un fer à repasser ou un radiateur. Ne laissez pas votre casque ni vos manettes dans une voiture par temps chaud.
- S'il y a une fuite de la batterie ou des piles, ne laissez pas le liquide entrer en contact avec votre peau ou vos yeux. En cas de contact, rincez abondamment à l'eau la zone touchée et consultez un médecin.
- Assurez-vous que le casque et les manettes sont correctement ventilés et aérés en tout temps pendant l'utilisation ou la recharge. Le fait de couvrir le casque ou les manettes avec des matériaux qui nuisent grandement à l'aération peut compromettre leur performance et poser un risque d'incendie ou d'explosion.
- Le casque, les manettes, la station de recharge et l'adaptateur respectent les limites applicables des normes de l'industrie en matière de température des surfaces. Pour prévenir les brûlures à basse température, évitez tout contact direct prolongé entre votre peau et l'adaptateur pendant la recharge ou lorsque le dispositif est branché à une

source d'alimentation. Assurez-vous d'utiliser l'adaptateur dans un endroit correctement ventilé. Ne placez pas l'adaptateur sous un oreiller, une couverture, un vêtement ou une partie de votre corps. Les utilisateurs présentant des troubles physiques ou médicaux qui affectent leur capacité à ressentir la chaleur sur leur peau doivent faire preuve de prudence en utilisant le dispositif ou en le rechargeant avec l'adaptateur. Suivez l'ensemble des mises en garde et des conseils relatifs à la température qui apparaissent à l'écran de votre casque.
- Recyclez ou éliminez votre casque, vos manettes et leurs batterie et piles conformément aux lois et aux règlements en vigueur. À certains endroits, l'élimination de certains appareils électroniques est rigoureusement réglementée. Ne jetez pas le casque ni les manettes dans un feu ou un incinérateur, car la batterie et les piles risquent d'exploser en cas de surchauffe. Éliminez le casque, les manettes et leurs batterie et piles séparément des ordures ménagères. Consultez le site store.meta.com/legal/quest/product-information-sheet-quest-pro pour connaître les procédures s'appliquant à l'entretien et au remplacement de votre dispositif de réalité virtuelle. Consultez le site store.meta.com/legal/quest/product-information-sheet-quest-pro pour connaître les procédures de recyclage s'appliquant à votre dispositif de réalité virtuelle ou à tout composant usés.

Visible
Trim

⚠ AVERTISSEMENT **Ports, contacts, station et câbles de recharge**

Pour éviter une surchauffe, assurez-vous que les points de recharge électriques suivants restent propres, secs et exempts de débris :

- Port et contacts de recharge du casque ;
- Port de recharge des manettes ;
- Prise pour casque d'écoute ;
- Station et câbles de recharge fournis ou autorisés.

Vérifiez régulièrement ces points de recharge pour vous assurer qu'ils ne présentent pas de signes de corrosion ou de dommage. Si vous en constatez ou si vous en suspectez l'existence, cessez l'utilisation et contactez Meta Quest Support.

⚠ AVERTISSEMENT **Décharge électrique**

Pour réduire le risque de décharge électrique :

- Ne modifiez pas et n'ouvrez pas les composants du dispositif de réalité virtuelle.
- Ne rechargez pas le dispositif si l'une des pièces de la station ou des câbles de recharge ou de l'adaptateur fournis ou approuvés est tordue, si des fils sont à découvert, si des débris sont présents, ou si le compartiment de la batterie est endommagé.
- N'insérez pas d'objet métallique, de conducteur ou de corps étranger dans le port, les contacts ou la station de recharge.
- N'exposez pas le dispositif à de l'eau ni à d'autres liquides.

- Avec votre dispositif, utilisez UNIQUEMENT la station ou les câbles de recharge et l'adaptateur fournis ou autorisés.

⚠ AVERTISSEMENT **Température du casque et des manettes**

Il est normal que votre casque et vos manettes soient chauds au toucher pendant l'utilisation ou la recharge. S'ils sont très chauds ou que cette chaleur vous gêne, cessez l'utilisation ou la recharge et laissez les appareils refroidir.

- Prenez des mesures immédiates si une alerte du système indiquant une surchauffe se déclenche (voir la section **Alertes du système**).
- Un contact prolongé de la peau avec un casque chaud peut provoquer une sensation de gêne, des rougeurs ou des brûlures à basse température.

⚠ AVERTISSEMENT **Blessures dues à des mouvements répétitifs**

L'utilisation du dispositif de réalité virtuelle peut entraîner des douleurs aux muscles, aux articulations, au cou, aux mains ou à la peau. Si une partie de votre corps se fatigue ou devient douloureuse lorsque vous utilisez le dispositif, ou si vous sentez l'apparition de symptômes tels que des fourmillements, un engourdissement, des brûlures ou des crampes, reposez-vous au moins jusqu'à ce que ces symptômes disparaissent. Si les symptômes ci-dessus ou d'autres sensations de gêne persistent pendant ou après l'utilisation, n'utilisez plus votre dispositif. Si les symptômes persistent, consultez un médecin.

Visible

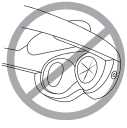
Trim

⚠ AVERTISSEMENT **Accessoires et manettes**

- Votre dispositif de réalité virtuelle n'est pas conçu pour être utilisé avec des accessoires non autorisés. L'utilisation d'un accessoire non autorisé peut vous blesser ou blesser autrui, entraîner des problèmes de fonctionnement ou endommager votre dispositif et les services associés, et peut entraîner des dommages non couverts par votre garantie.
- Pour en savoir plus sur l'installation adéquate, les mises en garde et l'utilisation des accessoires fournis et autorisés, consultez les instructions à ce sujet.
- N'utilisez que la batterie, les piles et les systèmes de recharge recommandés pour les accessoires autorisés.
- Lorsque cela est possible, installez des dragonnes avec les accessoires et les manettes pour les attacher à votre poignet pendant l'utilisation.
  - Vous voudrez peut-être utiliser un stylet pour certaines applications vous permettant d'écrire, de dessiner ou de réaliser des activités similaires. Remplacez toujours le stylet par les dragonnes sur les manettes quand vous cessez d'écrire, de dessiner ou de réaliser des activités similaires et prévoyez utiliser d'autres applications.

⚠ MISE EN GARDE

Entretien du dispositif de réalité virtuelle



- N'utilisez pas le dispositif de réalité virtuelle si l'une de ses pièces est brisée ou endommagée. Pour obtenir de l'aide, contactez Meta Quest Support en vous rendant à l'adresse store.meta.com/help/quest.
  - Vérifiez régulièrement votre dispositif – notamment les pièces indiquées ci-dessous – pour vous assurer qu'il est exempt de dommages et ne l'utilisez pas si vous en voyez ou si vous avez des soupçons à ce sujet.
    - Le casque (soit la surface frontale, les lentilles, les ports, etc.)
    - Les composants électriques (voir la section **Batterie, piles et recharge du casque et des manettes**)
    - Les manettes
    - Tout autre accessoire, fourni ou non avec le dispositif d'origine
- Ne tentez de réparer aucune pièce du dispositif vous-même. Contactez Meta Quest Support pour obtenir de l'aide.
- Afin d'éviter tout dommage au dispositif, ne l'exposez pas à l'humidité, à de fortes concentrations de poussière ou à des matières en suspension dans l'air, à des températures hors de la plage de fonctionnement ou à la lumière directe du soleil.
  - Lorsque vous transportez votre casque, attachez **toujours** le **Protection faciale** à la fenêtre extérieure frontale du casque.
- Afin d'éviter tout dommage, tenez votre dispositif hors de portée des animaux de compagnie.
- Assurez-vous que toutes les pièces de votre dispositif restent propres en suivant les instructions mises à votre disposition par Meta Quest Support à l'adresse store.meta.com/help/quest/cleaning.

Visible

Trim

- Certaines pièces du dispositif doivent être nettoyées **uniquement** à l'aide de méthodes ou d'outils particuliers.
  - Vous pouvez utiliser des lingettes non alcoolisées et non abrasives pour nettoyer le casque, à **l'exception** de la surface frontale et des lentilles. Suivez les instructions accessibles à l'adresse URL mentionnée plus haut.
- Un nettoyage inapproprié peut endommager votre dispositif et entraver son fonctionnement, ce qui peut augmenter le risque de blessures ou de dommages matériels.
  - La fenêtre extérieure frontale et les lentilles doivent être nettoyées uniquement avec le chiffon de nettoyage fourni.
    - L'utilisation de liquides – notamment de nettoyants ou de savons – peut endommager de façon permanente la fenêtre extérieure frontale et les lentilles.

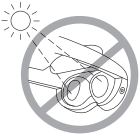
Affections et maladies contagieuses

Pour éviter tout risque de contagion (p. ex., conjonctivite), ne partagez pas le dispositif de réalité virtuelle avec des personnes atteintes d'une affection ou d'une maladie contagieuse, notamment si les yeux, la peau ou le cuir chevelu sont touchés. Le casque et les manettes doivent être nettoyés après chaque utilisation (voir la section **Entretien du dispositif de réalité virtuelle**). Remplacez les coussinets sur le casque s'ils sont usés ou ne peuvent pas être nettoyés.

⚠ MISE EN GARDE **Appareil à laser**

Votre casque est un appareil à laser de Classe 1 (voir la section **Conformité**). N'essayez pas de le désassembler. Apporter des modifications à votre casque ou au laser peut entraîner une exposition à des radiations dangereuses. **Contactez Meta Quest Support si vous avez besoin d'aide concernant votre dispositif.**

AVIS **Aucune lumière directe du soleil sur les lentilles**



Veillez à ne pas exposer les lentilles à la lumière directe du soleil. Évitez de ranger et de transporter le casque de façon à ce que les lentilles soient exposées à la lumière directe du soleil. L'exposition des lentilles à la lumière directe du soleil, même brève, peut endommager l'optique et l'affichage.

AVIS **Dispositif non médical**

Le dispositif de réalité virtuelle n'est pas un dispositif médical visant à diagnostiquer, à traiter ou à prévenir des maladies.

Visible

Trim

INFORMATIONS RELATIVES À LA RÈGLEMENTATION - CANADA

Déclaration de conformité d'Innovation, Sciences et Développement économique Canada (ISDE) : L'émetteur/récepteur exempt de licence contenu dans le présent appareil est conforme aux CNR d'ISDE applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes : 1) L'appareil ne doit pas produire de brouillage ; 2) L'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

Cet appareil doit uniquement être utilisé à l'intérieur ; La bande 5150-5250 MHz est réservée uniquement pour une utilisation à l'intérieur afin de réduire les risques de brouillage préjudiciable aux systèmes de satellites mobiles utilisant les mêmes canaux.

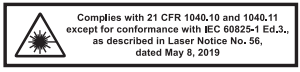
Des marques de conformité réglementaires sont apposées sur les sangles du casque.

Appareil à laser de Classe 1

Cet appareil est un appareil à laser de Classe 1 selon la classification établie par la norme IEC 60825-1, 3e éd. (2014).

ATTENTION - L'utilisation de commandes ou de réglages et l'exécution de procédures autres que ceux spécifiés dans le présent manuel peuvent entraîner une exposition à des radiations dangereuses.

Cet appareil doit être entretenu par Meta ou un fournisseur de services autorisé.



GARANTIE LIMITÉE

Garantie limitée disponible sur store.meta.com/legal/limited-warranty ou sur demande à l'adresse ci-dessous.

Meta Platforms Technologies, LLC
1 Hacker Way, Menlo Park, CA 94025, USA

Visible

Trim

¿QUÉ HAY EN LA CAJA?

- Visor Meta Quest Pro
- 2 controladores Meta Quest Touch Pro
- Base de carga
- Adaptador de corriente
- Cable de carga para el controlador
- Cable de carga
- 2 consejos de estilo
- 2 bloqueadores de luz (izquierdo y derecho)
- Clip para el cable
- Cubierta protectora
- Paño de limpieza
- 2 cintas para la muñeca

ESPECIFICACIONES DEL PRODUCTO

Visor
Número de modelo: DK94EC
Potencia de entrada: 9V, 3A
Rango de temperatura de funcionamiento: 0–35°C

Controladores
Número de modelo: LW9 (Izquierdo)
VM4 (derecho)
Potencia de entrada: 5V, 1.5A
Rango de temperatura de funcionamiento: 0–35°C

Base de carga
Número de modelo: BW49KR
Potencia de entrada: 9V, 3A (27W) máx.
Rango de temperatura de funcionamiento: 0–35°C

ADVERTENCIAS DE SALUD Y SEGURIDAD

⚠ ADVERTENCIA **ADVERTENCIAS DE SALUD Y SEGURIDAD: Para reducir el riesgo de molestias o lesiones en el personal, o de daños en la propiedad, asegúrate de que todos los usuarios del sistema de RV Meta Quest Pro cuenta con un visor, controladores, sistema operativo, apps, una base autorizada, cables, adaptador y accesorios, y de que lean atentamente las advertencias descritas a continuación antes de usar el sistema de RV.**

Este sistema de VR no está equipado con un sistema de protección y por tanto no puede usarse para situaciones críticas o para salvar vidas.

Guarde esta información para futuras referencias. Puede que las funciones y accesorios disponibles para tu sistema de RV varíen. Visita store.meta.com/quest/warnings para obtener la versión más reciente de estas advertencias sobre la salud y seguridad.

Visita el Centro de Seguridad de Meta Quest en store.meta.com/quest/safety-center para obtener más información sobre el uso seguro del sistema de realidad virtual.

A lo largo de este manual incluimos iconos para ilustrar y orientarte sobre cuestiones de salud y seguridad. Los iconos no sustituyen al texto de este manual, así que debes tener ambos en cuenta.

Meta Quest ofrece las piezas de repuesto y accesorios necesarios y también autoriza las piezas de repuesto y accesorios necesarios para tu sistema de RV.

Visible
Trim

- Para averiguar si un accesorio o pieza de repuesto está autorizado para su uso con tu sistema de RV, visita store.meta.com/help/quest/authorizedparts.
- Los accesorios de marca autorizados pueden ayudarte a personalizar tu sistema de RV según tus preferencias. Lee las instrucciones y advertencias suministradas en su caso con estos accesorios antes de su uso.

⚠ ADVERTENCIA **Requisitos de edad y niños.**

- **Este producto no es un juguete y no lo deben utilizar niños menores de 13 años.**
  - Los menores más pequeños presentan mayores riesgos de lesión/efectos adversos en comparación con otros usuarios mayores.
  - Este sistema de RV no está diseñado para niños menores de 13 años.
    - El tamaño inapropiado del visor para niños más pequeños puede provocar molestias o efectos adversos sobre la salud.
    - El uso de este sistema de RV puede crear un impacto negativo en los niños más pequeños ya que se encuentran en un periodo crítico del desarrollo visual.
    - Los niños más pequeños pueden ser más susceptibles de sufrir daños auditivos asociados al uso del sistema de RV con un volumen alto.
    - Algunas apps puede que sean inapropiadas para niños menores de 13 años.

Uso apropiado para niños 13+ bajo la supervisión de adultos

- Debe evitarse el uso prolongado por parte de niños mayores de 13 años, ya que podría afectar negativamente a la coordinación ojo-mano, el equilibrio, la capacidad de realizar varias tareas a la vez, o provocar otros riesgos de lesión o efectos negativos.
  - Para niños mayores de 13 años, limita el tiempo de uso general del sistema de RV.
  - Asegúrate de que los niños 13+ hagan pausas durante el uso.
- Los adultos deben supervisar los niños mayores de 13 años durante y después de usar el sistema de RV para:
  - Asegurarse de que los niños sigan estas advertencias, incluidos los apartados **Antes de usar el sistema de realidad virtual** y **Zona de actividad y alrededores.**
  - Vigilar cualquiera de los síntomas descritos en estas advertencias (incluidos los que se indican en este apartado o en los apartados **Molestias** y **lesiones por tensión recurrente**).
  - **Asegúrate de que los niños mayores de 13 años usen las apps apropiadas** (en cuanto a las clasificaciones de contenido y grado de comodidad).
  - Usa las herramientas de supervisión parental cuando estén disponibles.

⚠ ADVERTENCIA **Problemas médicos preexistentes**

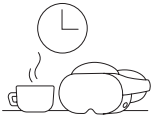
- Consulta con tu médico antes de usar el sistema de RV si estás embarazada, perteneces a la tercera edad, tienes anomalías de visión binocular preexistentes, trastornos psiquiátricos,

te has sometido recientemente a procedimientos quirúrgicos (incluyendo cirugía estética), o sufres de una afección cardíaca u otras afecciones médicas graves.

- **Convulsiones.** Algunas personas (aproximadamente 1 de cada 4000) pueden tener mareos intensos, convulsiones, espasmos oculares o musculares o desmayos provocados por ciertos destellos o patrones de luz. Esto puede ocurrir mientras ven la televisión, jugando a videojuegos o experimentando la realidad virtual, aunque nunca hayan tenido convulsiones o un desmayo antes ni tengan antecedentes de convulsiones o epilepsia. **Estos síntomas se presentan con mayor frecuencia en niños.** Cualquier persona que sufra cualquiera de estos síntomas debe dejar de usar el sistema de RV y consultar a un médico. Si eres fotosensible o anteriormente has tenido convulsiones, desmayos u otro síntoma relacionado con la epilepsia (incluyendo epilepsia foto-sensitiva (PSE)), debes consultar a un médico antes de usar el sistema de RV.
- **Interferencia con los dispositivos médicos.** El sistema de RV puede contener imanes y componentes que emiten ondas de radio, que podrían afectar al funcionamiento de los aparatos electrónicos cercanos, como marcapasos cardíacos, audífonos y desfibriladores. Si tienes implantado un marcapasos u otro dispositivo médico, consulta a tu médico o al fabricante del dispositivo médico antes de usar el sistema de RV. Mantén una distancia segura entre el sistema de RV y los dispositivos médicos. No utilices el sistema de RV si observas interferencias con otros dispositivos médicos.

Tiempo y descansos

Usa gradualmente el sistema de RV para ir acostumbrándote tanto al sistema de RV como a la experiencia en sí. Si bien los periodos de uso y los descansos adecuados varían de una persona a otra y en función de la app seleccionada, **al utilizar el sistema de RV siempre se deben hacer descansos regulares.**



- Empieza usando el sistema de RV unos minutos y ve aumentando gradualmente el tiempo de uso para acostumbrarte a la experiencia.
- Tómate un descanso al menos cada 30 minutos para acostumbrarte por primera vez al visor o nuevas apps.
- Tómate un descanso siempre que sientas molestias y no empieces de nuevo hasta que se te pasen (véase **Molestias**).
- El uso prolongado sin las pausas adecuadas puede aumentar el riesgo de lesiones, daños materiales u otros efectos adversos.

⚠ ADVERTENCIA **Antes de usar el sistema de realidad virtual**

- Lee y sigue todas las instrucciones de configuración y funcionamiento proporcionadas con tu sistema de RV, así como todas las instrucciones de la app.
  - El sistema de RV no está diseñado para usarlo con ningún dispositivo, accesorio, software ni app no autorizados. El uso de un dispositivo, accesorio, software o app no autorizado, o el pirateo del sistema de RV, el software o la app puede

Visible

Trim

causarte lesiones a ti o a otras personas, molestias, daños del material, problemas de rendimiento o daños en el sistema de RV que no estén cubiertos por la garantía.

- **Ajuste del sistema de RV.**
  - **Ajuste del visor.** Para reducir el riesgo de molestias (incluyendo presión, irritación o roces), el visor debe estar equilibrado y centrado, y la distancia entre las lentes debe establecerse adecuadamente para cada usuario. Ajuste las ruedas ajustables para asegurar una colocación cómoda del visor. Ajuste la distancia entre las lentes para cada usuario moviendo las copas oculares directamente a una posición que proporcione la imagen más clara y nítida. Cuando está correctamente ajustado, el visor debe encajar de forma cómoda y se debe ver una imagen única y nítida. Vuelve a comprobar los ajustes antes de reanudar el uso después de hacer una pausa para evitar un posible cambio accidental en los ajustes.

  - **Ajuste de los controles.** Utiliza las correas de muñecas de los controladores al usarlos, excepto en apps donde se requiera un lápiz óptico (véase **Accesorios y controladores**).
  - **Bloqueadores de luz.** El visor incluye bloqueadores de luz para poder facilitarte una experiencia más inmersiva. Quita los bloqueadores

para poder ser más consciente de tus alrededores en el mundo real, al estar en modo passthrough, en realidad mixta o al usar apps con co-ubicación.

- **Selección de app.** Lee y sigue todas las instrucciones y advertencias especificadas con cada app.

  - **Contenidos recomendados según la edad.** La realidad virtual es una experiencia inmersiva y algunas apps pueden llegar a ser intensas, violentas, provocar miedo o ansiedad. Presta atención en la elección de tus apps tanto para ti como niños de 13+ y consulta las recomendaciones y clasificaciones de contenido por edad.
  - **Información relacionada con la comodidad.** La tienda de Meta Quest también proporciona información relacionada con la comodidad (incluyendo clasificaciones de comodidad) para algunas apps relacionadas con el movimiento de la cámara, el movimiento del jugador y avisos sobre potenciales contenidos y efectos desorientadores. Revisa esta información antes de seleccionar y usar las apps. (Para obtener más información sobre cómo la información relacionada con la comodidad puede proporcionar una experiencia más agradable, visita store.meta.com/help/quest/comfort.
    - Si nunca has experimentado la realidad virtual antes y tienes historial de molestias o mareos,

Visible

Trim

empieza por las apps que no impliquen mucho movimiento a través del espacio virtual antes de probar otras experiencias más intensas.

- **Usar solamente con plenas facultades.** Para experimentar una experiencia positiva de realidad virtual debes estar en plenas facultades. No utilices el sistema de RV cuando te encuentres en cualquiera de las siguientes situaciones (ya que puede aumentar tu susceptibilidad a síntomas adversos):
  - Sientes cansancio o agotamiento
  - Has consumido alcohol o drogas
  - Tienes resaca
  - Tienes problemas digestivos
  - Sientes estrés o ansiedad
  - Si has cogido un resfriado, tienes gripe, COVID u otras enfermedades similares, dolores de cabeza, migrañas o dolor en las orejas

Zona de actividad y alrededores

⚠ ADVERTENCIA **Riesgos asociados a la libertad de movimientos**

Este sistema de RTVE está diseñado para rastrear tus movimientos durante su uso y modelar tus acciones en el mundo virtual a medida que te mueves en el mundo real. Esta libertad de movimientos significa que debes seguir los pasos adecuados para que sea una experiencia segura.

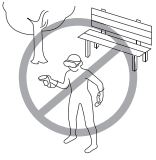
⚠ ADVERTENCIA **Preparación y uso solo en un entorno seguro:**

Este sistema de RV reproduce una experiencia inmersiva que puede distraer y bloquear tu percepción visual y auditiva.

- El visor limita tu campo de visión. Puede que no seas consciente de tu campo de visión restringido mientras lleves puesto el visor.
- Ten precaución al usar los bloqueadores de luz para crear una experiencia más inmersiva ya que restringen aún más tu campo de visión.

Usos prohibidos

- El sistema de RV no es apto para su uso en exteriores. El uso de tu sistema de RV en exteriores te exponen a peligros adicionales no controlables como desniveles y superficies resbalosas, condiciones climatológicas y obstáculos inesperados como personas, animales o vehículos (tráfico). Además, puede que el sistema de RV no funcione correctamente en exteriores.



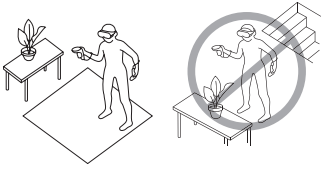
- Nunca uses el visor o sistema de RV en situaciones que requieran atención, como correr, montar en bicicleta, conducir o manipular objetos peligrosos, ya sea en interiores o exteriores.

Visible

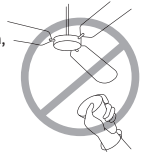
Trim

La elección de una zona de actividad segura

- **Siempre debes prestar atención a tu entorno antes de empezar y mientras uses el sistema de RV. Ten cuidado para evitar lesiones.**



  - Eres responsable de crear y mantener una zona segura durante la actividad seleccionada.
  - Usa exclusivamente tu sistema de RV en interiores. Daños materiales y daños en el sistema de RV (véase la sección de **Usos prohibidos**).
  - Crea un espacio seguro en sus alrededores, incluyendo por encima de la cabeza, antes de usar el sistema de RV. Se pueden producir lesiones graves por contacto, choque o tropiezo con muebles, paredes, objetos, mascotas o personas.



    - Elige la zona de actividad para evitar riesgos potenciales, incluyendo:
      - Paredes
      - Muebles
      - Lámparas
      - Personas
      - Animales de compañía
      - Escaleras
      - Rampas
      - Balcones
      - Puertas
      - Ventanas
      - Tableros de cristal para mesas
      - Llamas o fuentes de calor (como velas, chimeneas o electrodomésticos para la cocina)
      - Líquidos
      - Ventiladores o lámparas de techo
      - Televisores, monitores u otros aparatos electrónicos
  - Según la app se requieren ciertos tipos de movimientos distintos; unas apps te permiten interactuar con objetos reales mientras que otras con otros usuarios cercanos. Véase **Realidad mixta** y **espacios compartidos con otros usuarios (co-ubicación)**. Prepara una zona segura para realizar la actividad de tus apps seleccionadas. **Ya que las apps pueden provocar riesgos potenciales en la zona de actividad, presta especial atención con estas apps**.
    - Asegúrate siempre de que tu zona de actividad esté libre de peligros.
      - Al comenzar o cambiar de apps, quita los objetos de la zona de actividad que no planees usar.
    - Si estás usando una app que te permita o incite a moverte por la zona de actividad, esta debe ser lo suficientemente grande como para permitirte extender los brazos con los controladores (si los estás usando) sin entrar en contacto con ningún objeto, y debe incluir un espacio extra de seguridad con respecto a cualquier objeto. El espacio extra de seguridad debe ser lo suficientemente grande como para que, si te tropiezas o caes

Visible

Trim

sin querer, no entres en contacto con ningún objeto o lugar que pueda resultar peligroso.
  - Ten precaución a la hora de realizar movimientos rápidos. Los movimientos rápidos incrementan el riesgo de lesión o daños materiales ya que impiden reaccionar a tiempo para quedarse en la zona designada para la actividad.
  - Asegúrate de que la zona de actividad esté iluminada correctamente para la app que estés usando: una iluminación baja puede incrementar el riesgo de lesión y daños materiales al moverte a través de la zona de actividad.
  - Puede que algunas apps te permitan interaccionar con el exterior, con objetos del mundo real o con superficies al usar contenidos virtuales de forma inmersiva parcial o completamente. Revisa y sigue las instrucciones del apartado de **Realidad mixta** así como todas las instrucciones y advertencias que se hayan podido suministrar por separado en la app.
- La superficie en la que estés sentado o de pie mientras usas el sistema de RV debe estar nivelada, ser estable y no presentar obstáculos. No lo utilices en el sistema de RV en superficies irregulares, como suelos con alfombras o moquetas sueltas, u otros potenciales peligros parecidos.
- Una buena opción sería que otra persona actúe como observador mientras te mueves en el mundo virtual.
- Debido a que tus percepciones son limitadas mientras te encuentras en la realidad virtual, no sostengas ni manejes

cosas que sean peligrosas ya pueden herirte a ti o a otros u ocasionar daños.
- Toma las medidas adecuadas para evitar que otras personas entren en tu zona de actividad, especialmente personas (niños, en particular) o animales de compañía que no entiendan que tus percepciones son limitadas (véase la sección **Espacios compartidos con otros usuarios (co-ubicación)**).
- Deja de usar el sistema de RV si el entorno deja de ser seguro. Si notas que algo o alguien ha entrado en la zona de actividad, detente, quítate el visor y pon en pausa la app introduciendo el passthrough (véase sección **Passthrough**) para restablecer la seguridad en la zona de actividad.

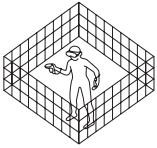
Interacción con el mundo real al usar el sistema de RV

- Muévete con cuidado mientras exploras el mundo virtual. Los movimientos rápidos o bruscos pueden hacer que choques o pierdas el equilibrio.
  - Si pierdes el equilibrio o notas que tienes el sentido del equilibrio afectado, quítate el visor de RV y tómate un descanso hasta que vuelvas a tener un equilibrio normal.
  - Recuerda que los objetos o superficies que ves en el mundo virtual puede que existan en el mundo real. No te sientes ni te pongas de pie sobre objetos virtuales ni los uses como apoyo.
  - Siéntate, a menos que tu app requiera estar de pie o moverte por la zona de actividad.
- Si te caes o te golpeas la cara, el uso de tu sistema de RV con gafas puede aumentar el riesgo de lesiones faciales.

Visible

Trim

- **El sistema guardián.** El sistema de RV consta de un sistema de límites virtuales, llamado sistema guardián, diseñado para ayudarte a permanecer en la zona de actividad y evitar chocarte con objetos del mundo real físico mientras estás en el entorno virtual.



  - Sigue las instrucciones en pantalla para definir la zona de actividad, y sigue las instrucciones y advertencias para mantenerte dentro de esa zona que hayas despejado.
  - El sistema guardián puede ofrecer diferentes configuraciones dependiendo de la app seleccionada. Elige la configuración en función de la app seleccionada y la experiencia que desees experimentar con la app.
  - El sistema guardián funciona mejor en un espacio despejado y con paredes y alrededores que creen diferentes patrones para que los sensores los sigan. El sistema guardián puede que no funcione correctamente en zonas con paredes lisas sin decorar, cristales o espejos. Tú sigues siendo responsable de utilizar el sistema de RV en un entorno seguro, tal y como se describe en este manual.
  - El sistema guardián solo te alerta de los límites de la zona de actividad. Este sistema no puede impedirte que salgas de la zona de actividad o que otras personas, mascotas u objetos entren en la zona de actividad. Por ejemplo, no evitará que te choques con una pared o puerta o que te caigas por una ventana o escalera.

  - El sistema guardián no crea ningún límite para el espacio situado encima de la cabeza, así que asegúrate de que la zona de actividad no presente riesgos en el espacio situado encima de la cabeza como ventiladores de techo o lámparas.
  - El sistema guardián puede que no identifique todo lo que hay en la zona de actividad.
  - Si en vez de los controladores usas las manos, las manos no alertará el sistema guardián si no se encuentran dentro de los límites del campo de visión de tu pantalla.
  - El sistema guardián sólo puede reconocer objetos del mundo real físico que tú mismo introduzcas en la realidad mixta dentro de los límites del campo de visión de tu pantalla.
  - Sigue todas las notificaciones en pantalla para redefinir los límites de la zona de actividad o para el correcto funcionamiento del sistema guardián.
  - Si te mueves muy de prisa, puede que no consigas reaccionar a tiempo si te sales de la zona de actividad aunque el sistema guardián te alerte, así que asegúrate de moverte lo suficientemente lento para poder reaccionar a cualquier alerta del sistema guardián.
  - El sistema guardián puede que no funcione si el sistema de RV está dañado.
  - Puedes obtener más información sobre el sistema guardián en store.meta.com/help/quest/guardian.

Visible

Trim

- **Cámara exterior.** El sistema de RV está equipado con una función de cámara exterior que utiliza una cámara para mostrar el entorno físico en la pantalla del sistema de RV.
  - La cámara exterior puede ayudarte a permanecer dentro de los límites de la zona de actividad preestablecida que definiste en el sistema guardián y ayuda a alertarte si te acercas a los límites o te sales de ellos.
  - La cámara exterior no puede ser tan eficiente como tus propios sentidos naturales. Puede haber una demora con respecto a lo que realmente está ocurriendo (latencia), tener un campo de visión más reducido y perjudicar la percepción de la profundidad.
  - Cuando utilices la cámara exterior para ver el entorno que te rodea, toma las precauciones adecuadas.
  - Quítate siempre el visor ante cualquier situación del mundo real que requiera atención o coordinación para obtener una visión real clara.
  - No te bases en la cámara exterior para interactuar con los objetos del mundo físico real a no ser que los hayas agregado específicamente a tu zona de actividad (véase **Realidad mixta**).
  - **Movimientos.**
    - Siempre que uses la cámara exterior, muévete despacio y con cuidado.
    - No utilices la cámara exterior para moverte por el mundo real, salvo en distancias cortas para volver a la zona de actividad o para realizar la transición a otra zona de actividad cercana.
    - No intentes utilizar la cámara exterior para moverte por zonas que puedan contar con escaleras, pendientes u otros peligros.

    - Sigue todas las instrucciones y advertencias de la app que surjan durante, antes y después del uso de la cámara exterior.
- **Espacios compartidos con otros usuarios (co-ubicación).** Algunas apps permiten a varios usuarios estar cerca el uno del otro (**co-ubicación**) dentro de la misma zona de actividad o en múltiples zonas de actividad. Sigue las instrucciones específicas de cada acto y las advertencias en la configuración en cuanto a la(s) zona(s) de actividad.
  - Todos los usuarios deben verificar que la(s) zona(s) de actividad está configurada para realizar interacciones seguras sin que los usuarios entren en contacto el uno con el otro.
    - Evita compartir la zona de actividad con muchos usuarios; un mayor número de usuarios incrementa los riesgos de lesiones.
    - Toma las precauciones necesarias al entrar o salir de la zona de actividad de otro usuario. La visibilidad de otros usuarios con ubicación compartida desaparece en la app cuando los usuarios salen de dicha app con co-ubicación. Si otro usuario sale de tu app, sigue las instrucciones y asegúrate de que no se encuentran en tu zona de actividad antes de continuar.
  - Evita los movimientos rápidos y espontáneos mientras uses la co-ubicación; dichos movimientos incrementan el riesgo de lesiones y daños materiales.
- **Realidad mixta.** Algunas apps te permiten ver e interactuar con objetos externos del mundo real físico o superficies (como sofás, paredes,

Visible

Trim

mesas, teclados o escritorios) mientras usas tu sistema de RV. A este tipo de experiencias se les llama "realidad mixta". Podrás agregar objetos del mundo físico a tu entorno virtual seleccionándolos y confirmándolos a la hora de configurar tu zona de actividad. También puedes agregar objetos virtuales a tu entorno del mundo real mientras estés en el sistema de RV.

- Cuando utilices apps de realidad mixta que permiten esas interacciones, debes seguir una serie de advertencias y recomendaciones para seleccionar e interactuar con los objetos del mundo real.
- Asegúrate siempre de que el entorno del mundo real (zona de actividad física) sea la adecuada para los contenidos.
  - Retirar todos los objetos de la zona de actividad física excepto aquellos con los que pretendas interactuar en tu entorno de realidad mixta.
  - Todos los objetos ubicados en tu zona de actividad física deben ser seleccionados y confirmados a la hora de configurar el entorno virtual.
    - Confirma la exactitud de los marcadores de objetos virtuales.
    - Se recomienda retirar los objetos que puedan ser difíciles de representar de forma exacta (por ejemplo, los objetos con formas inusuales como floreros artísticos).
  - Si no se puede retirar alguno de los objetos, debes seleccionarlo y confirmarlo en tu entorno virtual o bien desplazar tu entorno virtual para evitar dicho objeto mediante la reconfiguración de los límites del sistema guardián.

  - Si cambias de apps, considera cambiar la ubicación de la actividad, agregar o retirar objetos o superficies para mantener la zona de actividad segura.
- Mantén lejos de tu alcance y fuera de la zona de actividad aquellos objetos que puedan ser peligrosos para ti, tu sistema de RV y tu propiedad (como objetos punzantes o líquidos).
- Los objetos virtuales pueden impedir que veas los objetos de tu mundo real físico en la zona de actividad seleccionada. Toma siempre las precauciones necesarias a la hora de interactuar con los objetos reales y virtuales en la realidad mixta.
- El sistema guardián puede reconocer objetos del mundo real físico que tú mismo introduzcas en la realidad mixta sólo dentro de los límites del campo de visión de tu pantalla.

Sobre ciertas experiencias

Bienestar y salud Ciertas apps pueden estar centradas en el bienestar y promover hacer movimientos de forma activa. Lee y sigue las instrucciones y advertencias a la hora de usar apps de bienestar y salud.

- Antes de empezar:
  - Consulta el uso con tu doctor si has estado inactivo durante cierto periodo, tienes alguna situación cardíaca especial o sospechas que pueda empeorar alguna otra condición médica;
  - Asegúrate de que:
    - Has organizado la zona de actividad adecuadamente, eliminando cualquier peligro u objeto que no estés usando (véase **Preparación de tu zona de actividad**), y

Visible
Trim

- Tu sistema de RV y accesorios estén limpios y en buenas condiciones para su funcionamiento.
- Haz pausas de forma regular al usar apps de bienestar.
- Tras el uso, asegúrate de limpiar y secar tu sistema de RV (véase las instrucciones de **Cuidado y limpieza del sistema de RV** en store.meta.com/help/quest/cleaning).
- Deja de usar el sistema de RV inmediatamente si experimentas molestias u otros síntomas no habituales (véase la sección de **Molestias**) mientras uses las apps de salud y bienestar. Si los síntomas son graves o persisten, ponte en contacto con un médico inmediatamente y no vuelvas hacer uso del sistema hasta que recibas la aprobación por parte de tu médico.

Productividad y trabajo. Puede que ciertas estén centradas en la productividad o en el trabajo, o que las uses para monitorizar el rendimiento de tu trabajo.

- Antes de usar las apps para la productividad del trabajo, asegúrate de que has organizado la zona de actividad adecuadamente, eliminando los posibles peligros que puedan interferir en la experiencia mientras lleves puesto el visor.
  - Toma las precauciones necesarias para configurar tu sistema de RV y asegurar un uso correcto (ergonómico) durante el periodo estimado y tras su uso. Si experimentas cualquiera de los síntomas de lesiones por estrés repetitivo (véase la sección de **Lesiones por estrés repetitivo**), deja de usar el sistema y haz una pausa hasta que los síntomas desaparezcan. Si continúas experimentando

molestias de estrés repetitivo durante o después del uso de tu sistema de RV, deja de usarlo y consulta a tu médico.
- Asegúrate de hacer pausadas periódicamente a lo largo del día.
- Si usa una zona de actividad cercana a otro usuario o compartes la misma con un compañero de trabajo, asegúrate de que tengáis suficiente espacio para hacer uso de la app seleccionada (véase **Espacios compartidos con otros usuarios (co-ubicación)**).

Daños auditivos

- Para evitar posibles daños auditivos, no escuches tu sistema de RV a un volumen alto durante periodos prolongados de tiempo.

⚠ ADVERTENCIA **Alertas del sistema**

Para tu protección, debes tomar medidas inmediatas cuando te lo soliciten las alertas del sistema. El sistema de RV puede emitir las siguientes alertas:

- **Alerta de sobrecalentamiento.** Alerta sonora y visual cuando el visor o los controladores se sobrecalientan. Si aparece y suena esa alerta, con tal de reducir el riesgo de lesiones, quítate el visor de inmediato, deja los controladores y permite que se enfríe antes de seguir usándolo.
- **Alerta de volumen del sonido.** Alerta visual cuando el volumen está muy alto. Si aparece esa alerta, baja el volumen del sonido para reducir el riesgo de pérdida auditiva.
- **Alerta de salida de la zona de actividad.** Alerta visual cuando te sales de la zona de actividad. Si aparece esta alerta, toma las precauciones necesarias si estás en

Visible

Trim

modo passthrough. Quítate el visor para realizar las actividades o situaciones que requieran tu atención completa. Si lo deseas, posteriormente puedes volver a tu zona de actividad para continuar con tu experiencia virtual.

- **Alertas de error del sistema de seguimiento.** Aparecerá una alerta visual si el sistema de seguimiento del visor no funciona correctamente. Ten en cuenta que si el visor o los controladores presentan problemas de reconocimiento o sincronización, el sistema guardián puede que no funcione correctamente o desactivarse. Si aparece esta alerta, quítate el visor y muévete a un espacio seguro. A continuación, sigue las instrucciones que aparecen en pantalla para solucionar el problema.

⚠ ADVERTENCIA **Molestias**

- Deja de usar tu sistema de RV si sientes molestias y no vuelvas a usarlo hasta que desaparezcan. Si dichas molestias persisten tras dejar de usar el sistema, acude a tu médico y no vuelvas a usar el sistema de RV hasta obtener la aprobación por parte del médico.
- Deja de usar inmediatamente el sistema de RV si experimentas alguno de los siguientes síntomas:
  - Convulsiones
  - Pérdida de conciencia
  - Tensión ocular
  - Contracción de los ojos o de los músculos
  - Movimientos involuntarios
  - Alteración de la visión, visión borrosa o doble o cualquier otra alteración visual
  - Mareo
  - Desorientación

  - Pérdida del equilibrio
  - Deterioro de la coordinación ojo-mano
  - Sudoración no habitual
  - Aumento de la salivación
  - Náuseas
  - Sensación de debilidad o mareo
  - Dificultades respiratorias
  - Palpitaciones del corazón
  - Molestias, dolor de cabeza o de ojos
  - Somnolencia
  - Fatiga, incluida fatiga ocular
  - Presión o rozaduras
  - Picor, irritación o alguna otra afección dérmica
  - Cualquier síntoma similar al mareo
  - Cualquier otro tipo de molestias o sensación no habitual

Mareos y otros síntomas posteriores al uso

- **Al igual que los síntomas que se pueden notar al desembarcar de un crucero, los síntomas de la exposición a la realidad virtual pueden persistir y hacerse más evidentes horas después de su uso.** Estos síntomas posteriores al uso pueden incluir los síntomas anteriores, así como una somnolencia excesiva y una disminución de la capacidad para realizar varias tareas a la vez. Estos efectos pueden exponerte en un mayor riesgo de lesiones al realizar actividades normales en el mundo real.
  - Hasta que no te hayas recuperado totalmente de cualquier síntoma, no conduzcas, manejes maquinaria ni realices otras actividades que requieran esfuerzo visual o físico y que tengan consecuencias potencialmente graves (es decir, actividades en las que sentir cualquier síntoma podría provocar la muerte, lesiones o daños materiales),

Visible
Trim

u otras actividades que requieran equilibrio y coordinación ojo-mano (como practicar deportes o montar en bicicleta, etc.).

- No uses el sistema de RV hasta que todos los síntomas hayan desaparecido por completo durante varias horas.
- Ten en cuenta el tipo de app que estabas usando antes de la aparición de cualquier síntoma porque puede que seas más propenso a los síntomas asociados con esa app. Revisa la información relacionada con la comodidad suministrada para la app (incluyendo la clasificación de comodidad si aplica) y considera el uso de otra app con un movimiento de cámara o jugador menos intenso, u otros contenidos/efectos desorientadores.
- Consulta a un médico si tienes síntomas graves o persistentes.

- El uso del sistema de RV en un vehículo en movimiento, como un coche, un autobús, un avión o un tren, puede aumentar tu susceptibilidad a los síntomas adversos debido a la variación de la velocidad o a los movimientos bruscos.

⚠ PRECAUCIÓN **Irritación cutánea**

El visor se usa sobre la piel y el cuero cabelludo. Deja de usar el sistema de RV si padeces de hinchazones en la piel, molestias cutáneas, picores, irritación cutánea, pérdida irregular del cabello u

otras reacciones en la piel. Si experimentas irritación cutánea, verifica la posición de tu visor y ajústalo apropiadamente. Puede que también notes que desaparecen los síntomas tras la limpieza del sistema. (Véase la sección de **Cuidado del sistema de RV** y las instrucciones de limpieza disponibles en store.meta.com/help/quest/cleaning) Si los síntomas persisten, ponte en contacto con un médico.

- En cuanto a relojes, anillos y otros accesorios en contacto con la piel, puede que aparezcan marcas cutáneas tras el uso del visor, y estas marcas deberían desaparecer tras un corto periodo de tiempo. Asegúrate de ajustar tu visor correctamente y evita apretarlo más de lo necesario.
- Si experimentas irritación o molestias, el uso de tu visor con un protector sobre la parte frontal y almohadillas traseras pueden reducir o eliminar la irritación o molestias. En la tienda de Meta Quest en store.meta.com/quest/accessories, puede que haya disponibles protectores de diferentes materiales. Puede que haya disponibles otros protectores autorizados. Para obtener más información sobre cómo identificar los protectores autorizados, visita store.meta.com/help/quest/authorizedparts.

Ajuste del visor

Si experimentas excesiva presión, irritación o roces con el visor, o si el propio peso de tu visor causa molestias, ajusta tu visor para reducir tales molestias. Si no puedes reducir las molestias, deja de usar tu visor.

Visible

Trim

⚠ ADVERTENCIA **Carga y baterías de los controladores y visor**

Este sistema de RV (incluyendo los controladores y el visor) contiene baterías de ión litio recargables y vienen con una base de carga, adaptador de corriente (cargador) y un cable de carga. El uso inadecuado de las baterías, la base de carga, el adaptador de corriente o los cables de carga puede provocar incendios, explosión, fuga en la batería u otros peligros. Sigue estas instrucciones para reducir el riesgo de lesiones a ti o a otros y de daños al sistema de RV o a otros objetos.

- Las baterías del sistema de RV no son reemplazables para el uso de otros usuarios. No intentes abrir el visor o los controladores para acceder a las baterías, abrirlos, repararlos o sustituirlos. Ponte en contacto con el Servicio de Asistencia de Meta Quest si necesitas ayuda para la gestión de la batería o la alimentación de tu dispositivo.
- Carga sólo tu visor y controladores con la base de carga, adaptador de corriente y cables incluidos y autorizados. No utilices otras bases de carga, cables o adaptadores de corriente. Si quieres asegurarte sobre si el uso de tu base de carga, cables o adaptador de corriente está aprobado para tu visor o controladores, visita store.meta.com/help/quest/authorizedparts.
- Inspecciona periódicamente los cables de conexión, las puntas del conector, la base de carga y el adaptador de corriente para ver si hay daños o signos de desgaste. No utilices el adaptador de corriente si alguna de las clavijas, la carcasa, la toma

de conexión, el cable del conector, base de carga o cualquier otra parte interior está expuesta, está dañada o agrietada.
- No utilices baterías externas ni fuentes de alimentación que no sean el adaptador de corriente incluido o accesorios autorizados para cargar las baterías o dar energía al sistema de RV.
- No intentes cargar o utilizar el visor o los controladores si no se encienden después de intentar cargarlos, si se calientan de forma anómala tras usarlos o cargarlos o si el compartimento de la batería está hinchado, gotea o desprende humo.
- No desmontes, aplastes, dobles, deformes, perfores, rompas ni ejerzas una presión elevada sobre el visor o los controladores. Esto puede causar una fuga o un cortocircuito interno en las baterías y provocar un sobrecalentamiento.
- Evita que el visor o los controladores se caigan. Si se caen, especialmente sobre una superficie dura, se pueden dañar el visor, los controladores y las baterías. Inspecciona visualmente el visor y los controladores antes de cada uso para ver si hay daños. Si tienes sospecha de que tu viso, controladores o sus baterías presentan daños, contacta con el servicio de asistencia de Meta Quest.
- No dejes que el visor o los controladores se mojen o entren en contacto con líquidos. Aunque el visor y los controladores se puedan secar y funcionar con normalidad aparentemente, los contactos de la batería o los circuitos podrían empezar a corroerse lentamente y esto podría suponer un peligro para la seguridad. Si el visor o los controladores se mojan, ponte en contacto con el servicio de asistencia

Visible

Trim

de Meta Quest a pesar de funcionar con normalidad aparentemente.

- No coloques el visor ni los controladores en superficies que puedan calentarse mucho, como encima o cerca de una superficie de cocina, un aparato de cocina, una plancha o un radiador, ni bajo la luz directa del sol. El calor excesivo puede dañar el visor, los controladores o las baterías, y podría causar que el visor o la batería explotasen. No seques el visor o los controladores si se ha mojado o está húmedo con un aparato o fuente de calor como un horno microondas, un secador de pelo, una plancha o un radiador. No dejes tu visor o controladores dentro de un coche a altas temperaturas.
- En el caso de una fuga de la batería, evita que el líquido entre en contacto con la piel o los ojos. Si se produce el contacto, lávate la zona afectada con abundante agua y pide consejo médico.
- Asegúrate siempre de que el visor y los controladores tengan una ventilación y un flujo de aire adecuados mientras los estés usando o cargando. Cubrir el visor o los controladores con materiales que afectan significativamente al flujo de aire puede afectar a su rendimiento y supone un posible riesgo de incendio o explosión.
- El visor, los controladores, la base de carga y el adaptador de corriente cumplen con los límites aplicables de las normas del sector sobre la temperatura estándar en las superficies. Para evitar posibles quemaduras a baja temperatura por contacto directo prolongado, evita el contacto directo de la piel con el adaptador de corriente durante periodos largos de tiempo al cargarlo o al conectarlo a una fuente de alimentación.

Asegúrate de que el adaptador de corriente esté en un área bien ventilada cuando lo estés usando. No coloques el adaptador de corriente debajo de almohadas, mantas o partes del cuerpo. Los usuarios con afecciones médicas o físicas especiales que disminuyan la capacidad de detectar el calor en la piel deben tener especial cuidado al utilizar el dispositivo o al cargarlo con el adaptador de corriente. Sigue las advertencias o los avisos térmicos que puedan aparecer en la pantalla del visor.

- Recicla o desecha el visor, los controladores y las baterías de acuerdo con todas las leyes y normativas aplicables. En algunas zonas, la eliminación de ciertos dispositivos electrónicos está estrictamente regulada. No tires el visor o los controladores al fuego o a un incinerador, ya que las baterías podrían explotar al sobrecalentarse. Desecha tu visor, controladores y batería de forma separada con respecto al resto de residuos domésticos. Para obtener más información sobre el mantenimiento y sustitución de tu sistema de RV, visita store.meta.com/legal/quest/product-information-sheet-quest-pro. Para obtener más información sobre cómo reciclar tu sistema de RV o cualquier otra componente, visita store.meta.com/legal/quest/product-information-sheet-quest-pro.

⚠ ADVERTENCIA **Puertos de carga, contactos, base de carga y cables**

Con el fin de evitar el sobrecalentamiento, mantén los siguientes puntos de carga eléctricos limpios y secos:

- puerto y contactos de carga del visor,
- puertos de carga del controlador,
- puerto de los auriculares, y
- los cables y la base de carga suministrados/autorizados.

Revisa periódicamente estos puntos de carga para asegurarte de que no muestran signos de corrosión o daños. Deja de usar el sistema y ponte en contacto con el servicio de asistencia de Meta Quest si puedes apreciar signos de corrosión/daños o tiene sospechas.

⚠ ADVERTENCIA **Descarga eléctrica**

Para reducir el riesgo de una descarga eléctrica:

- No modifiques ni abras ninguno de los componentes suministrados del sistema de RV.
- No cargues el sistema de RV si cualquiera de las partes suministradas o autorizadas de la base de carga, cables o adaptador de corriente están sucios, rotos, con cables a la vista o si el compartimento de baterías está dañado.
- No insertes ningún objeto metálico, conductor o extraño en la toma de carga, cables de carga o base de carga.
- No mojes el sistema de RV de agua ni de ningún otro líquido.
- Usa EXCKLUSIVAMENTE la base de carga, cables y adaptador de corriente suministrados o autorizados para tu sistema de RV.

⚠ ADVERTENCIA **Visor y control de temperatura**

Es normal que el visor y controladores estén algo calientes al tacto mientras se usan o se cargan. Si

notas que el visor o los controladores están calientes hasta el punto de resultar incómodo, deja de usarlos o cargarlos y déjalos enfriar.

- Sigue las indicaciones inmediatamente de cualquier alerta por sobrecalentamiento (véase **Alertas del sistema**).
- El contacto prolongado de la piel con un visor que está caliente al tacto puede producir molestias, enrojecimiento de la piel, así como quemaduras a baja temperatura.

⚠ ADVERTENCIA **Lesiones por una tensión recurrente**

El uso del sistema de RV puede provocar dolor en los músculos, las articulaciones, el cuello, las manos o la piel. Si se te cansa o te duele alguna parte del cuerpo mientras usas el sistema de RV, o si sientes síntomas como hormigueo, entumecimiento, ardor o rigidez, para y descansa al menos hasta que hayan desaparecido los síntomas. Si continúas teniendo cualquiera de los síntomas anteriores u otras molestias durante o después del uso, deja de usarlo. Si los síntomas persisten, ponte en contacto con un médico.

⚠ ADVERTENCIA **Accesorios y controladores**

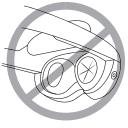
- El sistema de RV no está diseñado para usarlo con ningún accesorio no autorizado. El uso de un dispositivo no autorizado puede causarte lesiones a ti o a otras personas, causar problemas de rendimiento o daños en el sistema de RV y sus servicios relacionados, así como daños que no estén cubiertos por la garantía.

Visible
Trim

- Consulta las instrucciones de los accesorios para realizar la instalación adecuada, conocer las advertencias y saber cómo usar los accesorios incluidos y autorizados.
- Utiliza únicamente pilas y sistemas de carga recomendados para los accesorios autorizados.
- Usa las correas para muñecas de los accesorios y controladores cuando estén disponibles para que queden sujetos a la muñeca y no puedan salir proyectados durante su uso.
  - Puede que te resulte cómodo utilizar lápices ópticos con ciertas apps para escribir, dibujar o realizar actividades similares. Retira siempre las correas de muñecas de los lápices ópticos una vez completadas las actividades de escribir/dibujar o similares o antes de usar otras apps.

⚠ PRECAUCIÓN **Cuidado del sistema de realidad virtual**

- No utilices el sistema de RV si alguna parte está rota o dañada. Puedes contactar con el servicio de asistencia de Meta Quest en store.meta.com/help/quest.



  - Inspecciona periódicamente tu sistema de RV por si existe algún daño (incluyendo las siguientes piezas) y no uses el sistema si ves o sospechas que hay algún daño:
    - El visor (incluyendo el disco frontal, lentes, puertos, etc.)
    - Componentes eléctricos (véase **Carga y baterías del visor y controladores**)
    - Controladores
    - Otros accesorios, originales incluidos o aprobados para tu sistema de RV

- No intentes reparar ninguna parte del sistema de RV tú mismo. Para más información, ponte en contacto con el servicio de asistencia de Meta Quest.
- Con el fin de evitar que se dañe el sistema de RV, no lo expongas a humedad, a una humedad ambiente elevada, a altas concentraciones de polvo o partículas en suspensión en el aire, a temperaturas fuera del rango de funcionamiento o a la luz solar directa.
  - Al transportar tu visor, **siempre** acuérdate de usar el protector **Cubierta protectora** para la ventana del protector frontal del visor.
- Para evitar daños, mantén tu sistema de RV alejado de mascotas.
- Mantén todas partes de su sistema de RV limpias, siguiendo las instrucciones del servicio de asistencia de Meta Quest disponibles en store.meta.com/help/quest/cleaning.
  - Las diferentes partes de tu sistema de RV deben ser limpiadas **sólo** mediante métodos/herramientas específicas.
    - Los paños antibacterianos, no abrasivos y sin alcohol se pueden usar para limpiar el cuerpo del visor **excluyendo** la parte frontal y las lentes. Sigue las instrucciones disponibles en la página web indicada anteriormente.
- Una limpieza inadecuada puede dañar tu sistema de RV y dificultar su funcionamiento, incrementando el riesgo de lesión o daños materiales.
  - El vidrio del protector frontal y las lentes solo deberán ser limpiadas con el paño de limpieza que viene incluido.
    - El uso de cualquier líquido (incluyendo líquidos limpiadores o jabones) podrían dañar permanentemente la ventana del protector frontal y las lentes.

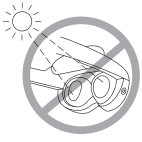
Enfermedades contagiosas

Para evitar la transmisión de enfermedades contagiosas (como conjuntivitis), no compartas el sistema de RV con personas que padezcan afecciones, infecciones o enfermedades contagiosas, en particular de los ojos, la piel o el cuero cabelludo. Se recomienda limpiar el visor y los controladores después de cada uso (véase **Cuidado del sistema de RV**). Reemplaza las almohadillas del visor si se desgastan o no pueden limpiarse.

⚠ PRECAUCIÓN **Información del láser**

Tu visor es un producto láser de Clase 1 (véase la sección de **Conformidad**). No intentes desmontar el visor. La realización de modificaciones en tu visor o en los láseres pueden dar lugar a exposiciones de radiación peligrosas. **Ponte en contacto con el Servicio de Asistencia de Meta Quest si necesitas ayuda para la gestión del dispositivo.**

AVISO **Proteger las lentes de la luz solar directa**



Evita la luz solar directa en las lentes. No almacenes ni transportes el visor de ninguna manera que pueda exponer las lentes directamente a la luz del sol. La luz solar directa sobre las lentes, incluso durante un periodo breve, puede dañar la óptica y la pantalla.

AVISO **No es un producto sanitario**

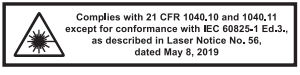
El sistema de RV no es un producto sanitario, y su propósito no es diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

Información del láser de Clase 1

Este producto ha sido clasificado como láser de clase 1 por la IEC 60825-1 Ed.3 (2014).

ATENCIÓN - El ajuste de los controles u otros procedimientos de funcionamiento diferentes a los especificados aquí pueden dar lugar a exposiciones peligrosas de radiación.

Solo Meta u otro proveedor autorizado pueden ofrecer los servicios de este producto.



GARANTÍA LIMITADA

Puede consultar la garantía limitada en store.meta.com/legal/limited-warranty o solicitarla escribiendo a la dirección indicada a continuación.

Meta Platforms Technologies, LLC
1 Hacker Way, Menlo Park, CA 94025, USA

Visible

Trim

盒內包含物件

- Meta Quest Pro眼鏡
- 2 Meta Quest Touch Pro控制器
- 充電座
- 電源轉換器
- 控制器充電線
- 充電線
- 2手寫筆提示
- 2遮光板（左&右）
- 電纜夾
- 保護罩
- 清潔布
- 2腕帶

產品規格

耳機

型號: DK94EC
額定電功率: 9V, 3A
運行溫度範圍: 0-35°C

遙控器

型號: LW9 (左), VM4 (右)
額定電功率: 5V, 1.5A
運行溫度範圍: 0-35°C

充電座

型號: BW49KR
額定電功率: 9V, 3A (27W) 最大值
運行溫度範圍: 0-35°C

健康與安全警告

⚠ 警告 **健康與安全警告：為了降低人身傷害、不適或財產損失的風險，請確保您的Meta Quest Pro VR系統的每位用戶，在使用包括耳機、遙控器、操作系統、應用程序和授權充電座、電纜、適配器和配件在內的VR系統之前仔細閱讀以下警告。**

您的VR系統沒有故障保護功能，不應用於關鍵或救生活動。

保留此信息以供將來參考。您的VR系統的功能和可用配件可能會發生變化。請瀏覽store.meta.com/quest/warnings了解此健康和安全警告的最新版本。

請瀏覽store.meta.com/quest/safety-center上的Meta Quest安全中心，了解有關安全使用VR系統的更多信息。

在本指南中，我們都會包含一些圖示，用於圖解說明並指導您解決健康和安全問題。這些圖示不能取代本指南的文字，因此請一起使用。

Meta Quest為您的VR系統提供品牌配件/替換零件，並授權配件/替換零件。

- 要了解如何識別配件/替換部件是否被授權用於您的VR系統，請瀏覽store.meta.com/help/quest/authorizedparts。
- 品牌和授權配件可以幫助您定制您的VR系統以滿足您的喜好。使用前，請閱讀這些附件可能附帶的說明和警告。

⚠ 警告 **年齡要求/兒童**

- **本產品不是玩具，13歲以下兒童不得使用。**
  - 與年長的用戶相比，年幼的兒童有更大的受傷/不良影響的風險。
  - 您的VR系統不是為13歲以下的兒童設計的。
    - 對於幼兒來說，耳機尺寸不合適會導致不適或對健康產生不良影響。

Visible

Trim

- 幼兒正處於視覺發育的關鍵時期，可能會因使用您的VR系統而受到負面影響。
- 幼兒可能更容易因在大音量下使用VR系統而導致聽力受損。
- 某些應用程序可能不適合13歲以下的兒童。

13歲以上兒童在成人監督下正確使用

- 應避免13歲以上兒童長期使用，因為這可能會對手眼協調、平衡、多任務處理能力產生負面影響，或造成其他傷害/負面影響的風險。
  - 限制13歲以上兒童使用您的VR系統的時間。
  - 確保13歲以上的兒童在使用過程中休息。
- 成人應在13歲以上兒童使用VR系統期間和之後監督他們：
  - 確保兒童遵守這些警告，包括使**用VR系統前**的警告以及**活動空間和環境**部分。
  - 監測這些警告中描述的任何症狀（包括本節或**不適**和**重複性應激損傷**部分列出的症狀）。
  - **確保13歲以上的兒童使用適當的應用程序**（同時考慮內容和舒適度評級）。
  - 盡可能使用家長監督工具。

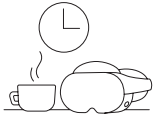
⚠ 警告 **既有病情**

- 若您是孕婦、老年人、已有雙眼視力異常或精神障礙、最近接受過任何醫療程序（包括整容程序）或患有心臟病或其他嚴重疾病，請在使用您的VR系統之前諮詢您的醫生。
- **癲癇發作。**有些人（約4000人中有1人）可能會出現嚴重的頭暈、癲癇、眼睛或肌肉抽搐，或因閃光或圖案引起的昏厥。這可能在他們看電視、玩電子遊戲或體驗虛擬現實時發生，即使他們以前從未有過癲癇發作或昏厥或沒有癲癇發作或癲癇病史。**這些症狀在兒童中更常見。**任何出現這些症狀的人都應該停止使用VR系統並去就醫。若您對光敏感或以前有過癲癇發作、意識喪失或與癲癇病相關的其他症狀（包括光敏性癲癇（PSE）），您在使用VR系統之前應去就醫。

- **干擾醫療設備。**VR系統包含磁鐵和發射無線電波的組件，這可能會影響附近電子設備的運行，包括心臟起搏器、助聽器和除顫器。若您有心臟起搏器或其他植入式醫療設備，請在使用您的VR系統之前，諮詢您的醫生或 醫療設備製造商。在您的VR系統和醫療設備之間保持安全距離。若您發現您的醫療設備受到干擾，請停止使用您的VR系統。

時間與休息

輕鬆使用您的VR系統，讓您自己適應VR系統和特定應用程序。儘管適當的使用時間和休息時間會因人而異，並且取決於所選的應用程序，**但您在使用VR系統時，應經常休息。**



- 開始時一次只使用幾分鐘的VR系統，然後隨著您逐漸習慣體驗，逐漸增加使用VR系統的時間。
- 當您習慣了您的耳機或新應用程序，開始時至少每30分鐘休息一次。
- 若您感到不適，請務必休息一下，直到您不再感到不適為止（請參閱**不適**）。
- 在沒有充分休息的情況下，長時間使用可能會增加受傷、財產損失或其他不良影響的風險。

⚠ 警告 **在使用您的VR系統之前**

- 閱讀並遵循您的VR系統隨附的所有設置和操作說明，以及任何應程序用說明。
  - 您的VR系統不適用於任何未經授權的設備、配件、軟件或應用程序。使用未經授權的設備、附件、軟件或應用程序，或入侵您的VR系統、軟件或應用程序，可能會導致您或他人受傷、不適、財產損失、性能問題，或對您的VR系統造成保修範圍之外的損壞。

Visible

Trim

- **VR系統調整。**
  - **耳機調整。**為減少不適的風險（包括壓力、刺激或擦傷），耳機應保持平衡並居中，並且應為每個用戶適當設置鏡片之間的距離。調整調節件以確保VR眼鏡 放置舒適。每位使用者可透過直接移動眼罩位置來調節鏡片之間的距離，以便獲得最清晰的圖像。正確調整後，頭戴式顯示器佩戴起來應該很舒服，並且您應該會看到一個清晰的圖像。稍候片刻後重新使用之前，請重新檢查設定，以避免對任何調整進行任何意外更改。

  - **遙控器調整。**在使用遙控器時，在遙控器上安裝並使用腕帶，但在適合使用手寫筆的應用程序中（請參閱**附件和遙控器**）。
  - **遮光器。**您的耳機包含遮光器，可幫助您獲得更加身臨其境的體驗。移除這些以便更好地了解您的真實世界的環境，例如在透視、混合現實或共存應用程序中時。

- **應用程序選擇。**閱讀並遵循特定應用程序可能提供的所有說明和警告。

  - **內容年齡建議。**虛擬現實是身臨其境的，一些應用程序可能是激烈的、可怕的、暴力的或引發焦慮的。為您自己和13歲以上的孩子謹慎選擇您的應用程序，並參考內容年齡分級和建議。
  - **舒適度相關信息。**Meta Quest商店還為一些應用程序提供與舒適度相關的信息（包括舒適度評級），涉及相機運動、玩家運動以及可能導致迷失方向的內容和效果。在選擇或使用應用程序之前，請查看此信息。（有關舒適度相關信息如何幫助提供舒適體驗的更多詳細信息，請瀏覽store.meta.com/help/quest/comfort）。
    - 若您是虛擬現實新手，或有不適或暈車病史，那麼在嘗試更激烈的體驗之前，先從舒適的應用程序開始，這些應用程序不會在虛擬環境中或透過虛擬環境進行大量運動。

- **僅沒有受到損害時使用。**積極的虛擬現實體驗需要您沒有任何不適。當您遇到以下任何情況時，請勿使用VR系統（因為它可能會增加您對不良症狀的易感性）：
  - 疲勞或疲憊
  - 在酒精或藥物的影響下
  - 宿醉
  - 有消化問題
  - 情緒壓力或焦慮
  - 患感冒、流感、新冠肺炎或類似疾病、頭痛、偏頭痛或耳痛時

您的活動空間和環境

⚠ 警告 **與行動自由相關的風險**

您的VR系統旨在跟踪您在使用過程中的動作，並在虛擬世界中模擬您在現實世界中移動動作。這種行動自由意味著您必須採取適當的措施以獲得安全的體驗。

⚠ 警告 **僅在安全的環境中設置和使用**

您的VR系統會產生一種沉浸式體驗，可能會分散您的注意力，並會阻礙您的視覺、聽覺和感知。

- 您的耳機限制了您的視野。佩戴耳機時，您可能沒有意識到視野受限。
- 當使用遮光器創造更沉浸式的體驗時要小心，因為它們會進一步限制您的視野。

Visible
Trim

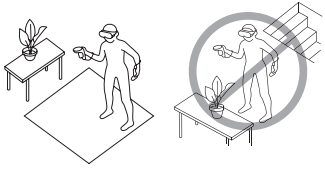
禁止使用

- 你的VR系統不適合在戶外使用。在戶外使用您的VR系統會使您面臨額外的、無法控制的危險，例如不平坦和濕滑的平面、天氣狀況以及意外的障礙物、人、動物和車輛（交通）。此外，您的VR系統可能無法在戶外正常工作。

- 無論是在室內還是室外，在跑步、騎自行車、駕駛或處理危險物品等需要注意的情況下，切勿佩戴耳機或使用VR系統。

選擇安全的活動空間

- **在開始使用VR系統之前和使用VR系統時，請始終注意周圍環境。謹慎小心以避免受傷。**



- 您有責任在您選擇的活動空間中創造和維護安全。
- 僅在室內使用您的VR系統。在戶外使用會增加受傷、財產損失和VR系統損壞的風險（請參閱**禁止使用**）。
- 在使用VR系統之前，在您周圍創建一個安全區域，包括頭頂。絆倒、撞到、撞擊或接觸牆壁、家具、物體、寵物或人可能會造成嚴重傷害。

- 選擇您的活動空間以避免潛在危險，包括：
  - 牆壁
  - 家具
  - 燈具
  - 人
  - 寵物
  - 椅子
  - 坡道
  - 陽台
  - 門道
  - 窗戶
  - 玻璃桌面
  - 明火或熱源（如蠟燭、壁爐或加熱/烹飪設備）
  - 液體
  - 天花板吊扇或燈具
  - 電視、顯示器或其他電子設備
- 一些應用程序需要不同類型的移動，而其他應用程序可能允許您與附近的真實對像或其他用戶進行交互。請參閱**混合現實**和與**其他用戶共享空間（空間同位）**。為您選擇的應用程序準備一個安全的活動空間。**由於這些應用程序可能會給您的活動空間帶來潛在危險，因此在使用這些應用程序中要格外小心。**
- 始終確保您的活動空間沒有危險。
  - 啟動或切換應用程序時，請從您的活動空間中移除您不打算使用的物體。
- 若您使用的應用程序允許或鼓勵在您的活動空間中移動，那麼您的活動空間應該足夠大，允許您在伸展手臂使用遙控器（若您正在使用它們）時不接觸到物體，並且在這個空間和任何物體之間應包含一個緩衝區。您的緩衝區應足夠大，這樣，您若意外絆倒或跌落，不會與可能危險的物體或區域接觸。
- 快速移動時要小心。快速移動會阻止您及時做出反應以留在指定的活動空間內，從而增加受傷或財產損失的風險。
- 確保您的活動空間為您正在使用的應用程序提供適當的照明；在活動空間內移動時，光線不足會增加受傷和財產損失的風險。

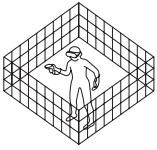
Visible
Trim

- 有些應用程序可能允許您在使用部分或完全沉浸式虛擬內容時與外部、真實世界的物體或表面進行交互。查看並遵循**混合現實**部分以及應用程序中可能單獨提供的所有說明和警告。
- 使用VR系統時，您坐下或站立的表面應水平、穩定且沒有障礙物。請勿在不平整的地板、鋪有寬松地毯或地毯的地板或其他類似危險的地方使用您的VR系統。
- 當您在虛擬世界中四處移動時，請考慮請另一個人當做觀察者。
- 由於在虛擬實境中，您的感知是有限的，因此請勿持有或處理危險、可能傷害您或他人或可能損壞的物品。
- 採取適當措施防止他人進入您的活動空間，包括不了解您感知受限的人（尤其是兒童）或寵物（請參閱**與其他用戶共享空間（空間同位）**）。
- 若您的環境變得不安全，請停止使用VR系統。若您感覺到有人或物進入了您的活動空間，請停止、取下耳機，或暫停應用程序並輸入透視（請參閱**透視**），以確保您的活動空間仍然安全。

使用VR系統時與現實世界的互動

- 探索虛擬世界時，請小心移動。快速或突然的運動可能會導致碰撞或失去平衡。
  - 若您失去平衡或感覺平衡感受到影響，請摘下VR耳機，並休息一下，直到恢復正常平衡。
  - 請謹記，您在虛擬世界中看到的物體或表面可能不存在於現實世界中。不要坐在或站在虛擬物體上，也不要使用它們作為支撐。
  - 不要坐在或站在虛擬物體上或將它們用作支撐。
- 除非您的應用程序需要站立或在您的活動空間中移動，否則請保持坐姿。

- **Guardian系統**。若您跌倒或撞到您的臉，戴眼鏡使用您的 VR 系統可能會增加面部受傷的風險。



VR系統包含一個名為Guardian系統的虛擬邊界系統功能，旨在幫助您留在活動空間中，並當您處於虛擬環境時避免與物理世界中的物體發生碰撞。
  - 按照屏幕上的說明定義您的活動空間，並按照說明和警告將您留在指定的活動空間。
  - 根據所選的應用程序，Guardian系統可能會提供不同的設定。根據所選應用程序和您在該應用程序中的首選體驗選擇設定。
  - Guardian系統在具有牆壁的清空空間和周圍環境中運作效果最佳，牆壁和周圍環境會為傳感器追蹤提供不同的模式。Guardian系統在沒有裝飾的素色牆、玻璃或鏡子的區域可能無法正常運作。您仍有責任在本指南所述的安全環境中使用VR系統。
  - Guardian系統只會提醒您注意活動空間的邊界。它不能阻止您移出活動空間或阻止其他人、寵物或物體進入您的活動空間。例如，它不會防止您撞牆、穿過門或窗戶跌落，或從掉下樓梯。

  - Guardian系統不會創建頭頂邊界，因此請注意確保您的活動空間沒有吊扇和燈具等頭頂危險。
  - Guardian系統可能無法識別您活動空間中的所有內容。
  - 若您使用手而不是遙控器，若您的手不在顯示器的有限視野內，則不會觸發Guardian邊界或其他警報。

Visible

Trim

- Guardian系統只能跟踪您帶入混合現實的現實世界物體，當這些物體位於您的顯示器的有限視野中。
- 按照屏幕上的所有通知，重新定義您的活動空間的邊界或正確操作Guardian系統。
- 即使Guardian系統向您發出警報，高速移動也可能無法讓您及時做出反應以留在您的活動空間內，因此請確保您移動得足夠慢，以便對Guardian系統的任何警報做出反應。
- 若您的VR系統損壞，Guardian系統可能無法工作。
- 您可以在store.meta.com/help/quest/guardian獲得有關Guardian系統的更多信息。

- **透視攝像頭。**您的VR系統配備了「透視」攝像頭功能，該功能使用攝像頭在您的VR系統屏幕上顯示您的物理環境。
  - 透視攝像頭可以幫助您保持在Guardian系統中創建的預設活動空間邊界內，並在您接近或超出邊界時提醒您。
  - 透視攝像頭不如您的自然感官。在任何需要注意或協調的現實情況下，請始終摘下耳機，以便您能夠暢通無阻地觀看。它可能落後於實際發生的情況（延遲），視野較小，並且可能會損害深度感知。
  - 使用透視攝像頭查看周圍環境時，請採取適當的預防措施。
  - 在任何需注意或協調的現實情況下，請始終取下頭戴式顯示器，以確保視野不受阻礙。
  - 不要依賴透視攝像頭與現實世界的物體進行交互，除非您專門將它們添加到您的活動空間（請參閱**混合現實**）。
  - **導航。**
    - 每當您使用透視攝像頭時，請緩慢而小心地移動。
    - 請勿使用透視攝像頭在現實世界導航，除非是短距離返回您的活動空間或過渡到附近的另一個活動空間。
    - 請勿在可能包含樓梯、斜坡或其他危險的區域嘗試使用透視攝像頭導航。

  - 遵循在透視攝像頭使用期間、之前和之後出現的所有應用內的說明和警告。
- **與其他用戶共享空間（空間同位）。**一些應用程序可能允許多個用戶在一個活動空間或多個活動空間內，在物理上接近（**空間同位**）彼此。在設置和使用您的活動空間時，請遵循應用程序內的所有說明和警告。
  - 您和其他用戶應各自檢查，以確保您的活動空間已設置為允許安全交互，而不會相互接觸。
    - 避免擁擠在共享的活動空間；更多的用戶會增加受傷的風險。
    - 在進入或離開與另一個用戶相同的活動空間時要小心。當用戶離開同地應用程序時，用戶對其他同地用戶在應用程序內的可視性消失。若其他人正離開您的應用程序，請按照說明操作並在繼續之前確保他們離開了您的活動空間。
  - 使用同一地點時，避免快速、意外的移動；這些移動增加了受傷和財產損失的風險。
- **混合實境。**某些應用程序可能允許您在使用VR系統時查看外部、現實世界的物體或表面（例如沙發、牆壁、桌子、鍵盤或桌子）並與之交互。這種體驗被稱為「混合現實」。在設置活動空間時，您可以透過選擇並確認物理對象來將其添加到您的虛擬環境中。在您的VR系統中，您還可以在現實世界環境中疊加虛擬物體。
  - 在使用允許這些交互的混合現實應用程序時，選擇現實世界的物體並與之交互時請遵循警告和建議。
  - 始終確保您的現實環境（物理活動空間）適合您的內容。
    - 從您的物理活動空間中移除所有物體，除了那些您打算在混合現實環境中與之交互的物體。
    - 在設置虛擬環境時，應選擇並確認留在您的物理活動空間中的所有物體。
      - 確認虛擬對象標記的準確性。
      - 考慮移除那些看起來難以準確呈現的對象（例如，形狀異常的物體，如藝術花瓶）。

Visible
Trim

- 若無法移動物體，您　應該在虛擬環境中選擇並確認它，或移動虛擬環境，透過重新繪製Guardian邊界來避開該物體。
- 若您更改應用程序，請考慮更改位置或添加或移除物體或表面，以確保您的活動空間安全。
- 將對您、他人、您的VR系統和您的財產（如尖銳物體或液體）造成危險的物體遠離您的活動空間。
- 虛擬對象可能會阻止您查看您選擇的包含在活動空間中的真實世界物體。在混合現實中與現實和虛擬物體交互時，請務必小心。
- Guardian可以跟踪您帶入混合現實的現實世界物體，前提是它們位於您的顯示器的有限視野中。

某些經歷

健身/健康。某些應用程序可能以健身或健康為重點，並可能促進積極的運動。使用健身或健康應用程序時，請閱讀並遵守所有應用程序內的說明和警告。

- 開始之前：
  - 若您不運動、患有心臟病、或患有或懷疑患有任何其他可能因運動而惡化的疾病，請諮詢醫生；
  - 確保：
    - 您已經適當地設置了您的活動空間，移除了所有的危險源以及您不使用的任何物體（請參閱**設置活動空間**），並且
    - 您的VR系統和配件處於良好的工作狀態和清潔狀態。
- 在健身應用程序中定時休息。
- 完成後，請確保您已清潔並乾燥您的VR系統（請參閱store.meta.com/help/quest/cleaning上的**VR系統維護**和清潔說明）。
- 若您在使用健身/健康應用程序時出現不適或其他異常症狀（請參閱**不適**），請立即停止使用VR系統。若您的症狀嚴重或持續存在，請立即就醫，並且在您的醫生同意之前，請不要繼續。

生產力和工作。某些應用程序可能具有生產力或工作目的，或者被您用於執行工作。

- 在使用應用程序提高工作效率或工作之前，請確保您已適當設置了您的活動空間，移除了佩戴耳機時可能被遮擋的危險源。
  - 在設置您的VR系統時要小心，以確保在預期使用期間（人體工程學）和之後能夠舒適地使用。若您出現任何重複性應激損傷的症狀（請參閱**重複性應激損傷**），請停止使用並休息，直到症狀消失。若您在使用VR系統期間或之後繼續出現重複性應激，請停止使用並就醫。
- 確保您全天定期休息。
- 若您在其他用戶或同事附近或與其他用戶或同事一起使用活動空間，請確保您有足夠的空間來使用您選擇的應用程序（請參閱**與其他用戶共享空間（空間同位）**）。

聽力損傷

- 為防止可能的聽力損傷，請勿長時間以高音量使用您的VR系統。

⚠ 警告　系統警報

為了保護您，當系統警報提示時，您應立即採取行動。VR系統可能會向您提供以下警報：

- **過熱警報。**在耳機或控制器過熱時發出聲音和視覺警報。若該警報出現/響起，為降低人身傷害風險，請立即摘下耳機或放下遙控器，或兩者同都做，並讓它們冷卻後再繼續使用。
- **音量警報。**高音量水平時的視覺警報。如果出現該警報，請降低音量以減少聽力損失的風險。
- **活動空間外警報。**若您不在活動空間內，則會發出視覺警報。若出現該警報，請在透視時小心。對於需要您全神貫注的活動或情況，請摘下耳機。否則，若需要，請返回您的活動空間以繼續您的體驗。
- **追蹤錯誤系統警報。**若VR系統的跟踪系統運行不正常，則會發出視覺警報。若耳機或遙控器出現跟踪問題，則Guardian系統可能無法正常運行或被禁用。如果出現此警報，請取下頭戴式顯示器並移動至安全的空間。然後，按照螢幕上提供的說明解決問題。

Visible
Trim

⚠ 警告 **不適**

- 若您感到不適，請停止使用VR系統，直到不適結束後再繼續使用。若在您停止使用後仍感到不適，請諮詢醫生，並且在您的醫生同意之前不要再次使用VR系統。
- 若您出現以下任何症狀，請立即停止使用VR系統：
  - 癲癇發作
  - 喪失意識
  - 眼睛疲勞
  - 眼睛或肌肉抽搐
  - 不自主運動
  - 視力改變、模糊或複視或其他視覺異常
  - 頭暈
  - 迷失方向
  - 平衡受損
  - 手眼協調受損
  - 異常出汗
  - 流涎增多
  - 惡心
  - 感覺虛弱或頭暈
  - 呼吸急促
  - 心悸
  - 頭部、眼睛或胸部不適或疼痛
  - 睡意
  - 疲勞，包括眼部疲勞
  - 壓力或擦傷
  - 瘙癢、刺激或其他皮膚不適
  - 任何類似於暈車的症狀
  - 任何其他不尋常的感覺或不

暈車和其他後遺症

- **就像人們下了郵輪後會遇到的症狀一樣，經歷虛擬實境的症狀可能會持續存在，並且在使用後數小時內變得更加明顯。**這些使用後症狀可能包括上述症狀，以及過度嗜睡和多任務能力下降。在現實世界中從事正常活動時，這些症狀可能會使您受傷的風險增加。

- 請勿駕駛、操作機器或從事其他對視覺或身體有潛在嚴重後果的活動（即，出現任何症狀可能導致死亡、人身傷害或財產損失的活動），或其他需要保持平衡和手眼協調的活動（例如運動或騎自行車等），直到您從任何症狀中完全恢復。

- 在所有症狀完全緩解數小時後，才可使用VR系統。
- 請注意您在出現任何症狀之前使用的應用程序類型，因為您可能更容易出現與該應用程序相關的症狀。查看為該應用程序提供的與舒適度相關的信息（包括舒適度評級，若適用），並考慮使用攝像頭或播放器運動或其他令人迷失方向的內容/效果不那麼強烈的應用程序。
- 若您出現嚴重或持續的症狀，請就醫。
- 在汽車、公共汽車、飛機或火車等移動車輛中使用VR系統可能會因速度變化或突然移動而增加您對不良症狀的易感性。

⚠ 小心 **皮膚刺激**

頭戴式顯示器戴在皮膚和頭皮旁邊。若您發現腫脹、皮膚不適、瘙癢、皮膚刺激、異常脫髮或其他皮膚反應，請停止使用VR系統。若您感到不適，請檢查您的耳機是否合適，並根據需要進行調整。您可能會發現清潔後症狀會消失。（請參閱store.meta.com/help/quest/cleaning上的**VR系統維護**和清潔說明。）如果症狀持續，請聯絡醫生。

- 與手錶、戒指和其他皮膚佩戴的配件一樣，使用耳機後可能會出現壓痕，這些壓痕會在短時間內消失。確保正確佩戴耳機並避免過度擰緊。確保正確安裝耳機，避免過度擰緊。

Visible

Trim

- 若您感到刺激或不適，使用前後墊都有蓋子的耳機可能會減少或消除您的刺激或不適。可在store.meta.com/quest/accessories的Meta Quest商店購買不同材料製成的蓋子。也會有授權的其他蓋子。有關如何識別授權蓋子的信息，請瀏覽store.meta.com/help/quest/authorizedparts。

耳機調整

若您感到耳機壓力過大、刺激、摩擦，或者耳機的重量導致不適，請調整耳機以減少不適。若您無法減輕不適，請停止使用耳機。

⚠ 警告　耳機和遙控器電池和充電

您的VR系統（包括耳機和遙控器）包含可充電鋰離子電池，並配有充電座、電源適配器（充電器）和充電線。電池、充電座、電源適配器或充電線使用不當可能導致火災、爆炸、電池漏液或其他危險。請遵循這些說明，按照以下說明操作，以降低對您或他人造成傷害以及對您的VR系統或其他財產造成損害的風險。

- VR系統的電池不可由用戶更換或維修。請勿嘗試打開耳機或遙控器來查看、打開、修理或更換電池。若您的設備需要電池或電源管理支援，請聯絡Meta Quest Support。
- 只能使用附帶或授權的充電座、電源適配器和充電線為耳機和遙控器充電。請勿使用其他充電座、充電線或電源適配器。若您不確定您的充電座、充電線或電源適配器是否已授權用於您的耳機或遙控器，請瀏覽store.meta.com/help/quest/authorizedparts。
- 定期檢查連接線、連接器頂端、充電座和電源適配器是否有損壞或磨損跡象。若插頭、外殼、連接器端口、連接器電線、充電座或任何部件損壞、開裂或外露，請勿使用您的電源適配器。
- 請勿使用附帶的電源適配器或授權配件以外的外部電池組或電源為電池充電或為VR系統供電。

- 若耳機或遙控器在嘗試充電後未打開、在使用或充電時異常發熱、或者若電池盒膨脹、漏液或冒煙，請勿嘗試充電或使用耳機或遙控器。
- 請勿拆卸、擠壓、彎曲、變形、刺破、撕碎耳機或遙控器，或對其施加高度壓力。這可能會導致電池漏液或內部短路，從而導致過熱。
- 避免掉落您的耳機或遙控器。掉落，尤其是在堅硬的表面上，可能會損壞耳機、遙控器和電池。每次使用前檢查您的耳機和遙控器是否存在視覺損傷。若您懷疑耳機、遙控器或其電池受損，請聯絡Meta Quest Support。
- 請勿讓您的耳機或遙控器被弄濕或接觸液體。即使耳機和遙控器可能會變乾並且看起來運行正常，但電池觸點或電路可能會慢慢腐蝕並構成安全隱患。若耳機或遙控器被弄濕，請聯絡Meta Quest Support，即使它們看起來工作正常。
- 請勿將耳機或遙控器放置在可能會變得非常熱的區域，例如烹飪表面、烹飪器具、熨斗或散熱器上或附近或陽光直射處。過熱會損壞耳機、遙控器或其電池，並可能導致耳機或電池爆炸。請勿使用微波爐、吹風機、熨斗或散熱器等電器或熱源烘乾潮濕的耳機或遙控器。請勿將耳機或遙控器留在高溫的車內。
- 萬一電池漏液，請勿讓液體接觸到皮膚或眼睛。如果發生接觸，請用大量水沖洗接觸到的部位並求醫。
- 在使用或充電時，務必確保耳機和遙控器有足够的通風和氣流。用顯著影響氣流的材料覆蓋耳機或遙控器可能會影響其性能，並可能造成火災或爆炸風險。
- 您的耳機、遙控器、充電座和電源適配器符合行業表面溫度標準的適用限制。為防止長時間直接接觸可能引起的低溫灼傷，請在充電或插入電源時避免皮膚長時間與電源變壓器直接接觸。在使用時，確保電源適配器位於通風良好的區域。請勿將電源適配器放在枕頭、毯子、衣服或身體部位下方。有特殊醫療疾病或身體狀況的使用者，檢測皮膚熱度的能力會受到損害，在使用裝置或使用電源變壓器充電時，應格外小心。遵循耳機屏幕上可能出現的任何熱警告或提示。

Visible

Trim

- 根據所有適用的法律和法規回收或處置您的耳機、遙控器和電池。在某些地區，有些電子裝置的處置受到嚴格監管。請勿將耳機或遙控器丟入火中或焚化爐，因為電池過熱時可能會爆炸。將耳機、遙控器和電池與生活垃圾分開處理。有關VR系統的正確維護和更換，請參閱store.meta.com/legal/quest/product-information-sheet-quest-pro。有關如何回收您不需要的VR系統或任何組件的信息，請參閱store.meta.com/legal/quest/product-information-sheet-quest-pro。

⚠ 警告 **充電端口、觸點、底座和充電線**

為避免過熱，請保持以下充電點清潔、乾燥且無碎屑：

- 耳機充電端口和觸點，
- 遙控器充電端口，
- 耳機插孔和
- 提供/授權的充電座和充電線。

定期檢查這些充電點，確保它們沒有腐蝕或損壞的跡象。若發現或懷疑有腐蝕/損壞，請停止使用並聯絡Meta Quest Support。

⚠ 警告 **電擊**

為減少電擊的風險：

- 請勿修改或打開任何VR系統組件。
- 若提供或授權的充電座、充電線或電源適配器的任何部分破損、任何電線外露、存在碎屑或電池盒損壞，請勿為VR系統充電。
- 請勿將任何金屬、導電材料或任何異物插入充電端口、充電觸點或充電座。
- 請勿將VR系統暴露在水或液體中。
- 只能在VR系統中使用提供或授權的充電座、充電線和電源適配器。

⚠ 警告 **耳機和遙控器溫度**

在使用或充電時，您的耳機和遙控器觸感溫暖是正常的。若您的耳機或遙控器摸起來很熱或溫度不正常，請停止使用或充電並讓它們冷卻下來。

- 當系統發出過熱警報時，立即採取措施（請參閱**系統警報**）。
- 若熱耳機長時間與皮膚接觸，可能會導致皮膚不適、發紅或低溫灼傷。

⚠ 警告 **重複性應激損傷**

使用VR系統可能會使您的肌肉、關節、頸部、手部或皮膚受傷。若您在使用VR系統時，身體的任何部位感到疲勞或疼痛，或者若您感到刺痛、麻木、灼熱或僵硬等症狀，請停止並休息，至少直到症狀消失。若您在使用過程中或使用後繼續出現上述任何症狀或其他不適，請停止使用。若症狀持續存在，請就醫。

⚠ 警告 **配件和遙控器**

- 您的VR系統不適用於任何未經授權的配件。使用未經授權的配件可能會導致您或其他人受傷，可能會導致性能問題或損壞您的VR系統和相關服務，並且可能導致保修範圍之外的損壞。
- 請參閱配件說明，以瞭解正確、警告和使用隨附和授權的配件。
- 僅將推薦的電池和充電系統用於授權配件。
- 安裝和使用帶有配件和遙控器的腕帶，以便在使用時將它們固定在您的手腕上，以免它們變成鬆動的拋射物。
  - 您可能希望在某些應用程序中使用手寫筆提示，以便進行書寫、繪圖或進行類似活動。完成書寫/繪圖或類似活動時，以及返回其他應用程序之前，請務必使用腕帶替換手寫筆尖。完成書寫/繪圖或類似活動以及返回其他應用程序之前，請務必將手寫筆頂端替換為腕帶。

Visible
Trim

⚠ 小心 **VR系統維護**

- 若任何部分破損或損壞，請勿使用您的VR系統。請透過store.meta.com/help/quest聯絡Meta Quest support。
  - 定期檢查您的VR系統是否有損壞，包括以下部件，若發現或懷疑有損壞，請勿使用：
    - 耳機（包括前面板、鏡頭、端口等）
    - 電氣組件（請參閱**耳機和遙控器電池和充電**）
    - 遙控器
    - 其他配件，無論是否包含在您的原始VR系統中
- 請勿嘗試自行修復您的VR系統的任何部分。請聯絡Meta Quest support尋求幫助。
- 為避免損壞您的VR系統，請勿將其暴露在潮濕、高濕度、高濃度灰塵或空氣傳播物質、運行承受範圍外的溫度或陽光直射處。
  - 當運輸耳機時，請**務必將**附帶的**保護罩**安裝到耳機的前蓋窗上。
- 為避免損壞，請讓您的VR系統遠離寵物。
- 按照Meta Quest support網站store.meta.com/help/quest/cleaning提供的說明，保持VR系統的所有部分清潔。
  - **只能**使用特定的方法/工具清潔VR系統的不同部分。
    - 可使用不含酒精、非研磨性的抗菌抹布清潔耳機機身，**不包括**正面和鏡片。按照上面URL上的說明操作。
- 清潔不當會損壞您的VR系統並可能影響其運行，從而增加受傷或財產損失的風險。
  - 只能使用內置專用清潔布清潔前蓋窗和鏡片。
    - 使用任何液體，包括任何清潔劑或肥皂，都可能永久損壞前蓋窗和鏡片。

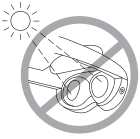
傳染性疾病

為避免傳播傳染性疾病（如紅眼病），請勿與患有傳染性疾病、感染或生病的人（尤其是眼睛、皮膚或頭皮）共享您的VR系統。每次使用時，應清潔耳機和遙控器（請參閱**VR系統維護**）。若耳機墊磨損或無法清潔，請更換它們。

⚠ 小心 **激光信息**

您的耳機是1類激光產品（請參閱**合規性**）。請勿嘗試拆卸耳機。對您的耳機或激光器進行改裝可能會導致危險的輻射暴露。**若您的設備需要支援，請聯絡Meta Quest Support。**

通知 **請勿讓陽光直射鏡片**



避免讓陽光直接照射鏡頭。請勿以任何將鏡片暴露在陽光直射下的方式存放或運輸耳機。陽光長時間直射鏡頭可能會損壞光學器件和顯示幕。

通知 **不是醫療設備**

VR系統不是醫療設備，也不能用於診斷、治療、治愈或預防任何疾病。

有限質保

有限質保請于store.meta.com/legal/limited-warranty查閱，或透過以下地址申請。

Meta Platforms Technologies, LLC
1 Hacker Way, Menlo Park, CA 94025, USA

Visible

Trim

同梱されているもの

- Meta Quest Pro ヘッドセット
- Meta Quest Touch Pro コントローラー 2機
- 充電ドック
- 電源アダプター
- コントローラー充電ケーブル
- 充電ケーブル
- スタイラスペン先 2個
- 遮光ブロッカー (左/右) 2 個
- ケーブルクリップ
- 保護カバー
- クリーニングクロス
- 手首ストラップ 2本

製品仕様

ヘッドセット

型番: DK94EC

電気定格: 9V, 3A

使用温度範囲: 0–35°C

コントローラー(左右)

型番: LW9 (左), VM4 (右)

電気定格: 5V, 1.5A

使用温度範囲: 0–35°C

充電ドック

型番: BW49KR

電気定格: 9V, 3A (27W) 最大

使用温度範囲: 0–35°C

健康および安全に関する警告

⚠ 警告 **健康および安全に関する警告:けがや違和感、器物破損のリスクを低減するため、Meta Quest Pro VR システム(ヘッドセット、コントローラー、オペレーティングシステム、アプリ、および正規の充電ドック、ケーブル、アダプター、アクセサリーを含む)の各ユーザーは、VRシステムを使用する前に以下の警告をよく読んでください。**

VRシステムはフェイルセーフ装置ではありません。重篤な状況や人命救助活動には使用しないでください。

この情報は今後のために保管しておいてください。VRシステムの機能および使用できるアクセサリーは変更になる場合があります。健康および安全に関する警告の最新版はstore.meta.com/quest/warningsをご覧ください。

VRシステムの安全な使用方法の詳細については、「Meta Questを安全に利用するために」store.meta.com/quest/safety-centerをご参照ください。

本ガイドには、安全衛生上の問題を説明するアイコンがあります。アイコンは、本ガイドのテキスト代わりにはなりません。ガイドと併せてご使用ください。

Meta Questでは純正のアクセサリーや交換部品のほか、正規の他社製アクセサリーや交換部品もVRシステムでご使用になれます。

- アクセサリーや交換部品が正規品かどうかを確認する方法については、store.meta.com/help/quest/authorizedparts をご覧ください。
- 純正品や正規のアクセサリーで、お好みに合わせてVRシステムをカスタマイズできます。アクセサリーを使用する前に、付属の説明書および警告をお読みください。

Visible

Trim

⚠ 警告 **年齢制限／子ども**

- **本製品はおもちゃではありません。13歳未満の方は決してご使用にならないでください。**
  - 小さなお子様は、年長の方よりもけがや副作用のリスクが高くなります。
  - VRシステムは、13歳未満のお子様向けには設計されていません。
    - 小さなお子様にとって不適切なサイズのヘッドセットは、違和感や健康への悪影響につながる恐れがあります。
    - 小さなお子様は視覚発達の重要な時期にあり、VRシステムの使用によって悪影響を受ける恐れがあります。
    - 小さなお子様は、大音量でVRシステムを使用すると聴覚障害を起こしやすくなる恐れがあります。
    - アプリによっては、13歳未満のお子様にとって不適切なものもあります。

13歳以上のお子様が大人の監視のもとで適切に使用するために

- 13歳以上のお子様の長時間の使用は、手と目の協調性やバランス、マルチタスク能力のほか、けがやその他の悪影響を及ぼす危険性があるため、避けてください。
  - 13歳以上のお子様がVRシステムを使用する際は、時間制限をしてください。
  - 13歳以上のお子様は、使用中に必ず休憩を取るようにしてください。
- 大人の方は、13歳以上のお子様がVRシステムを使用している間および使用後、以下の点に注意してお子様を見守ってください。
  - 「**VRシステムを使用する前に**」や「**アクティビティスペースと周辺環境**」の項など、警告事項にお子様が従っていることをご確認ください。

  - これらの警告（本項または「**違和感**」および「**反復性ストレス障害**」の項に記載のものを含む）に記載されている症状が出ないか観察してください。
  - **13歳以上のお子様が**（コンテンツと快適性の両方の評価を考慮して）**適切なアプリを使用するようにしてください。**
  - 保護者の監視ツールがある場合は、それを使用してください。

⚠ 警告 **健康状態に関する注意**

- 妊娠中の方やお年寄り、両眼視機能異常と診断されたことのある方、精神疾患をお持ちの方、最近医療処置（美容処置を含む）を受けた方、または心臓疾患など重い病気にかかっている方は、VRシステムを使用する前に医師にご相談ください。
- **発作。**閃光やライトの点滅により激しいめまいや発作、目や筋肉のけいれん、一時的な意識喪失を起こす場合があります（約4,000人に1人の割合）。こうした症状は、過去に発作や意識喪失を起こしたことがなく、発作やてんかんの既往歴がない方であっても、テレビの視聴中やビデオゲームのプレイ中、VRの体験中などに発症する場合があります。**このような症状は子どもにより多く見られます。**これらの症状が出た場合は、VRシステムの使用を中止して医師の診察を受けてください。光過敏症の方や過去に発作や意識喪失、てんかんに関連したその他の症状（光過敏性発作（PSE）を含む）を経験したことのある方は、VRシステムを使用する前に医師の診察を受ける必要があります。
- **医療機器への干渉。**VRシステムには電波を発する磁石や部品が含まれており、心臓ペースメーカーや補聴器、除細動器など、近くにある電子機器の作動に影響を及ぼす可能性があります。ペースメーカーなどの埋込型医療機器をご使用の場合は、VRシステムを使用する前に、医師またはお使いの医療機器の製造元にご相談ください。VRシステムと医療機器

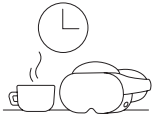
Visible

Trim

の間には安全な距離を保ってください。医療機器との干渉があった場合は、VRシステムの使用を中止してください。

使用時間と休憩

VRシステムの使用に少しずつ慣れることで、VRシステムと特定のアプリの両方に順応していきます。適切な使用時間と休憩は人によって、また選択したアプリによって異なりますが、VRシステムを使用するときは、**常に定期的に休憩を取る必要があります。**



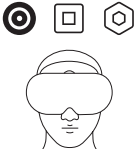
- 最初はVRシステムを一回につき数分間だけ使用し、エクスペリエンスに慣れてきたら徐々にVRシステムの使用時間を増やしてください。
- ヘッドセットや新しいアプリに慣れるまでは、少なくとも30分ごとに休憩を取ってください。
- **違和感**を覚えた場合は必ず休憩を取り、違和感がなくなるまで再開しないでください。
- 適切な休憩なしに長時間使用すると、けがや器物破損、その他の悪影響のリスクが高まります。

⚠ 警告　VRシステムを使用する前に

- VRシステムに付属の設定方法と操作の説明、およびアプリの説明をすべて読んで従ってください。
  - VRシステムは、正規品ではないデバイスやアクセサリー、ソフトウェア、アプリ用には設計されていません。正規品ではないデバイスやアクセサリー、ソフトウェア、アプリを使用したり、VRシステムやソフトウェア、アプリをハッキングしたりすると、ユーザーや周囲の人がけがをしたり、違和感や器物破損、パフォーマンスの問題、または保証の対象外となるVRシステムの損傷を引き起こす可能性があります。

- **VRシステムの調整**
  - **ヘッドセットの調整。**使用時の違和感（圧迫、刺激症状、擦れなど）のリスクを減らすため、VRシステムはバランスよく中央に配置し、レンズ間の距離はユーザーごとに適切に設定する必要があります。ヘッドセットを快適に装着できるように、調整ダイヤルを調整します。画像が最も鮮明に見える位置にアイカップを直接動かして、ユーザーごとにレンズ間の距離を調整してください。調整が適切に行われると、ヘッドセットが快適にフィットし、ブレのない単一で鮮明な映像が表示されます。意図せず調整が変更されないように、休憩後は使用を再開する前に設定を再確認してください。

  - **コントローラーの調整。**コントローラーを使用するときは、スタイラスペンを使用するアプリを除き、コントローラーにリストストラップを取り付けて使用してください（「**アクセサリーとコントローラー**」を参照）。
  - **ライトブロッカー。**ヘッドセットには、より没入感のあるエクスペリエンスを可能にする遮光板が入っています。パススルーや複合現実、またはコロケーションアプリを使用するときなど、現実世界の周辺環境を認識しやすくする場合には、ライトブロッカーを取り外してください。
- **アプリの選択。**特定のアプリで提供される説明と警告をすべて読んで従ってください。
  - **コンテンツの推奨年齢。**VRは没入型であり、アプリによっては強烈なもの、暴力的



なもの、恐怖や不安を煽るものもあります。ユーザー自身と13歳以上のお子様のために、コンテンツの年齢評価と推奨事項を参照して慎重にアプリを選んでください。

- **快適性に関する情報。**Meta Questストアでは、一部のアプリについて、カメラの動きやプレイヤーの動き、方向感覚を失わせる可能性のあるコンテンツやエフェクトについての快適性に関する情報（快適性評価を含む）も提供しています。アプリの選択や使用する前に、情報を確認してください。（快適性に関する情報による、快適なエクスペリエンスの提供の詳細については、store.meta.com/help/quest/comfortをご覧ください）。
  - VRを初めて体験される方や、過去に不快感や乗り物酔いをしたことがある方は、バーチャル環境内での移動の少ない快適なアプリから始めて、徐々に激しい体験を試していってください。
- **正常に機能する場合にのみ使用。**ポジティブなVR体験には、ユーザーが正常な状態にあることが必要です。次のような場合は使用時に不快感を覚えやすくなりますので、VRシステムを使用しないでください。
  - 疲れているとき
  - アルコールや薬物の影響下にあるとき
  - 二日酔いのとき
  - 消化不良のとき
  - 感情的ストレスまたは不安があるとき
  - 風邪、インフルエンザ、新型コロナウイルス、または同様の病気や頭痛、偏頭痛、耳鳴りに悩まされているとき

アクティビティスペースと周辺環境

⚠ 警告 **動作の自由度に関するリスク**

VRシステムは、使用中のユーザーの動きを追跡し、仮想世界でのアクションを現実世界での動きさながらにモデル化するように設計されています。この動作の自由度は、エクスペリエンスを安全に楽しむために適切な対策を講じる必要があることを意味します。

⚠ 警告 **安全な環境のみでの設定および使用**

VRシステムは没入感をもたらします。その結果、注意力が散漫になったり、視覚や聴覚、知覚が妨げられたりする可能性があります。

- ヘッドセットによって視界が制限されます。ヘッドセットを装着していると、視野が制限されていることに気付かないことがあります。
- ライトブロッカーを使用すると没入感がより高まるため、視野がさらに制限されます。使用には注意が必要です。

禁止されている使用法

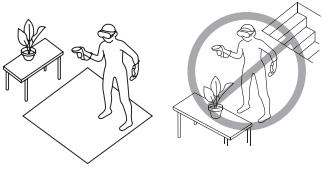
- VRシステムは屋外用ではありません。VRシステムを屋外で使用すると、凹凸のある滑りやすい路面、気象条件、予期せぬ障害物、人、動物、車両（交通）など、制御不能な危険にさらされることになります。また、VRシステムは屋外で正しく作動しない場合があります。

- 屋内外を問わず、ランニング中、自転車や車の運転中、危険物の取り扱い中など、注意が必要な状況ではヘッドセットを装着したりVRシステムを使用したりしないでください。

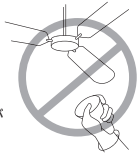
Visible
Trim

安全なアクティビティスペースの選択

- **VRシステムの使用前と使用中は、必ず周囲の状況に注意を向けてください。けがをしないように注意してください。**



- 選択したアクティビティスペースの安全の確保と維持は、ユーザーの責任で行ってください。
- VRシステムは屋内でのみ使用してください。屋外での使用は、けがや器物破損、およびVRシステムの損傷のリスクを高めます（「**禁止されている使用法**」を参照）。
- VRシステムを使用する前に、頭上を含む周囲に安全なエリアを確保してください。壁や家具、物、ペット、人などにつまずいたり、ぶつかったり、ぶつけたり、接触すると大けがの元になります。



  - 次のような潜在的な危険を避けてアクティビティスペースを選んでください。
    - 壁
    - 家具
    - ランプ
    - 人
    - ペット
    - 階段
    - 斜面
    - バルコニー
    - 出入口
    - 窓

    - ガラス製のテーブルトップ
    - 火気や熱源（ろうそく、暖炉、加熱調理器など）
    - 液体
    - シーリングファンや照明器具
    - テレビ、モニター、その他の電子機器
- アプリによっては、複数の動きを必要とするものや、近くにある実在するオブジェクトや他のユーザーとインタラクションできるものもあります。「**複合現実**」「**他のユーザーとのスペース共有（コロケーション）**」をご覧ください。選んだアプリを安全に使えるアクティビティスペースを用意します。**こうしたアプリはアクティビティスペースに潜在的な危険をもたらす可能性があるため、使用には特に注意してください。**
  - アクティビティスペースに危険がないことを常に確認してください。
    - アプリを起動するときや切り替えるときは、使用しない物をアクティビティスペースから排除してください。
  - アクティビティスペース内を移動できるアプリを使用している場合は、コントローラー（使用している場合）を握った腕を伸ばしても障害物に接触しないようにアクティビティスペースを十分に広げ、そのスペースと障害物との間に緩衝材を用意する必要があります。不用意につまずいたり転んだりしても危険な物や場所に触れないように、十分な大きさの緩衝材を用意してください。
  - 素早い動作に注意。素早い動きをすると、指定されたアクティビティスペース内に留まるとっさの反応ができず、けがや器物破損のリスクが高まります。
  - アクティビティスペースは、使用しているアプリに適した明るさを確保してください。照明が暗いと、アクティビティスペース内を移動する際にけがや器物破損のリスクが高まります。
  - 一部のアプリでは、部分的または完全没入型のバーチャルコンテンツを使用しながら、外部の現実世界のオブジェクトやサー

Visible

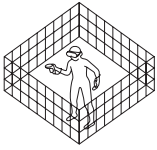
Trim

フェスとインタラクションできます。「**複合現実**」のセクションと、個々のアプリで提供される指示と警告をすべて確認して従ってください。

- VRシステムを使用しているときに立ったり座ったりする面は、水平で安定していて、障害物がない状態にしてください。凹凸のある床やラグやカーペットが緩んでいる床、その他、同様の危険のある場所ではVRシステムを使用しないでください。
- 仮想世界の中を動き回っている間は、他の人に監視役を務めてもらいましょう。
- VRの使用中は知覚が制限されるため、ユーザーや周囲の人がけがをする可能性のある物や危険物、または損傷する可能性のある物を持ったり扱ったりしないでください。
- ユーザーの知覚が制限されていることを理解していない人（特に子ども）やペットを含め、周囲の人が自分のアクティビティスペースに入らないよう、適切な手段を取りましょう。（「**他のユーザーとのスペース共有（コロケーション）**」を参照）。
- 環境が安全でなくなった場合は、VRシステムの使用を中止してください。何かまたは誰かが自分のアクティビティスペースに入ったことを感じたら、動くのを止めて、ヘッドセットを外すかアプリを一時停止してパススルーに入り（「**パススルー**」を参照）、自分のアクティビティスペースが安全であることをご確認ください。

VRシステム装着時の現実世界とのインタラクション

- 仮想世界を探索しながら慎重に動作します。素早い動きや突然の動きは、物にぶつかったりバランスを失うことがあります。
  - バランス感覚を失ったり、バランス感覚がなくなってきたと感じたら、VRヘッドセットを外し、正常な感覚が戻るまで休憩してください。
  - 仮仮想世界で見ているオブジェクトやサーフェスが現実世界には存在しない場合があることを忘れないでください。仮想オブジェクトの上に立ったり座ったり、支えにしないでください。
  - アクティビティスペース内で立ったり移動したりする必要がないアプリでは、座ったままでいてください。
- 眼鏡をかけてVRシステムを装着すると、転倒したり顔をぶつけたときに顔面にけがを負うリスクが高まります。
- **ガーディアンシステム。**VRシステムにはガーディアンシステムという仮想境界システム機能があり、仮想環境にいる間はユーザーがアクティビティスペースから出ないように、また、現実世界のオブジェクトにぶつからないようにします。



  - スクリーンに表示される指示に従ってアクティビティスペースを定義します。指定した、障害物のないアクティビティスペース内から出ないよう指示と警告に従ってください。
  - ガーディアンシステムの設定は、選択したアプリによって異なる場合があります。選択したアプリとそのアプリ内のお好みのエクスペリエンスに基づいて設定を選択します。
  - ガーディアンシステムは、センサーが追跡するさまざまなパターンを作り出す壁などがある空間で最大の機能を発揮します。ガーディアンシステムは、装飾のない平らな壁やガラス、鏡などのあるところでは正しく作動しない場合があります。ガーディアンシステムがあっても、本ガイドの説明に従って、VRシステムを安全な環境で使用する必要があることに変わりありません。

  - ガーディアンシステムは、アクティビティスペースの境界線に関するアラートを出すだけです。

Visible
Trim

アクティビティスペース外への移動を防いだり、周囲の人やペット、物などがアクティビティスペースに入るのを防ぐことはできません。例えば、壁にぶつかったり、ドアや窓から落ちたり、階段から落ちたりすることは防げません。
- ガーディアンシステムは頭上に境界を作りません。アクティビティスペースの上方にシーリングファンや照明器具などの危険物がないようにしてください。
- ガーディアンシステムは、ユーザーのアクティビティスペースのすべてを識別するとは限りません。
- コントローラーの代わりに手を使っている場合、ディスプレイの限られた視野の中に手が入っていなければ、ガーディアンの境界やその他の警告は表示されません。
- ガーディアンが複合現実空間に持ち込まれた現実世界のオブジェクトを追跡できるのは、そのオブジェクトがディスプレイ内の限られた視野の中にあるときだけです。
- アクティビティスペースの境界を再定義したり、ガーディアンシステムを正しく作動させるため、スクリーンに表示されるすべての通知に従ってください。
- ユーザーが素早く動いていると、たとえガーディアンシステムがアラートしても、すぐに反応できずにアクティビティスペースから出てしまうことがあります。ガーディアンシステムのアラートに反応できる程度の速度で動くようにしてください。
- VRシステムが損傷していると、ガーディアンシステムが動作しない場合があります。
- ガーディアンシステムの詳細については、store.meta.com/help/quest/guardianをご覧ください。

- **パススルーカメラ。**VRシステムは、カメラを使って物理的な周辺環境をVRシステムスクリーンに表示する「パススルー」カメラ機能を搭載しています。

- パススルーカメラは、ガーディアンシステムで定義したアクティビティスペースの境界からユーザーが出ないよう、ユーザーが境界に近づいたり、境界の外に出たりしたときにアラートを発します。
- パススルーカメラは、人間の自然な感覚ほどには優れていません。実際に起こっていることとのタイムラグ（レイテンシー）があり、視野が狭く、奥行きの知覚を損なうことがあります。
- パススルーカメラを使用する際は、周囲の状況を十分ご確認ください。
- 現実世界で注意や調整が必要な場合には、視界が遮られないように常にヘッドセットを外してください。
- アクティビティスペースに追加した現実世界のオブジェクト以外では、パススルーカメラに依存したインタラクションを行わないでください（「**複合現実**」を参照）。
- **ナビゲーション。**
  - パススルーカメラを使用するときは、ゆっくりと慎重に動いてください。
  - 短い距離でアクティビティスペースに戻ったり、近くの別のアクティビティスペースに移動したりする場合以外は、パススルーカメラを使用して現実世界を移動しないでください。
  - パススルーカメラを使用して、階段や斜面、またはその他の危険物が含まれている可能性のあるエリアを移動しないでください。
- パススルーカメラの使用前後と使用中に表示されるアプリの指示と警告すべてに従ってください。

- **他のユーザーとのスペース共有（コロケーション）。**アプリによっては、1つまたは複数のアクティビティスペース内で、複数のユーザー同士の物理的な近接（**コロケーション**）が可能な場合があります。アクティビティスペースの設定および使用については、アプリ内のすべての指示および警告に従ってください。

Visible
Trim

- 各ユーザーのアクティビティスペースがお互いに接触することなく、安全にインタラクションできるよう設定されているか、ユーザー同士お互いに確認してください。
  - ユーザーが増えれば増えるほどけがの危険性が高まります。共有のアクティビティスペースが混雑しないようにしてください。
  - 他のユーザーと同じアクティビティスペースに出入りするときは注意してください。アプリ内では、コロケーションしている他のユーザーが見えますが、そのユーザーがコロケーションのアプリから退出すると見えなくなります。他のユーザーがスペース共有しているアプリから退出する場合は、指示に従い、退出したことを確認してからアクティビティを続行してください。
- コロケーション使用中は、急な動きや予期せぬ動作は控えてください。こうした動きは、けがや器物破損のリスクを高めます。

- **複合現実。**アプリによっては、VRシステムの使用中に、外部の現実世界のオブジェクトやサーフェス（ソファ、壁、テーブル、キーボード、机など）を表示したり、インタラクションしたりできる場合があります。このような体験を「複合現実」と呼びます。アクティビティスペースを設定する際に、実在するオブジェクトを選択して確認することで、仮想環境に実在するオブジェクトを追加できます。また、VRシステム内では、現実の環境に仮想オブジェクトを重ね合わせることができます。
  - こうしたインタラクションを可能にする複合現実アプリを使用する場合は、警告と推奨事項に従って現実世界のオブジェクトを選択してインタラクションを行ってください。
  - 現実世界の環境（物理的なアクティビティスペース）がコンテンツに適していることを常に確認してください。
    - 物理的なアクティビティスペースから、複合現実環境でのインタラクションを意図しているもの以外のオブジェクトをすべて排除してください。

    - 物理的なアクティビティスペースに残っているすべてのオブジェクトは、仮想環境を設定するときに選択して確認する必要があります。
      - バーチャルオブジェクトマーカーの精度を確認してください。
      - 正確な表現が難しいと思われるオブジェクト（例えば、芸術的な花瓶のような変わった形状のオブジェクト）は排除することを検討してください。
    - オブジェクトを移動できない場合は、仮想環境上で選択して確認するか、仮想環境を移動させて、オブジェクトを避けるようにガーディアンの境界を描き直してください。
    - アプリを変更する場合は、場所を変更したり、オブジェクトやサーフェスを追加または排除して、アクティビティスペースを安全に保ってください。
- ユーザーや周囲の人、VRシステム、所有物にとって危険なもの（鋭利な物や液体など）はアクティビティスペースから遠ざけたり、スペース外に出してください。
- バーチャルオブジェクトは、アクティビティスペース内に含めた現実世界のオブジェクトの視界を遮ることがあります。実在するオブジェクトが複合現実の中でバーチャルオブジェクトとインタラクションするときは、常に注意してください。
- ガーディアンが複合現実空間に持ち込まれた現実世界のオブジェクトを追跡できるのは、そのオブジェクトがディスプレイ内の限られた視野の中にあるときだけです。

特定のエクスペリエンス

フィットネス／ウェルネス。一部のアプリでは、フィットネスやウェルネスに焦点を当てたアクティブな動きを促す場合があります。フィットネスやウェルネスのアプリを使用する際は、アプリ内の説明や警告をすべて読んで従ってください。

Visible

Trim

- 始める前に：
  - 運動不足の方や心臓に疾患のある方、その他、運動によって悪化する可能性のある疾患をお持ちの方、またはその疑いがある方は医師にご相談ください。
  - 確認すること：
    - アクティビティスペースを適切に設定し、危険物や使用しない物を排除すること（「**アクティビティスペースの設定**」を参照）、および
    - VRシステムとアクセサリーが正常に作動し、清潔であること。
- フィットネスアプリを使用しているときは、定期的に休憩を取ってください。
- 終了後はVRシステムをクリーニングし、乾燥していることを確認してください（「**VRシステムのお手入れ**」とクリーニング方法store.meta.com/help/quest/cleaningを参照）。
- フィットネス／ウェルネスアプリの使用中に違和感やその他の異常な症状（「**違和感**」を参照）を感じた場合は、直ちにVRシステムの使用を中止してください。症状が重い場合や症状が続く場合は、すぐに医師に相談し、医師の指示が出るまでは再開しないでください。

生産性と業務。一部のアプリは、生産性や業務に重点を置いたり、業務効率化を目的としています。

- 生産性や業務に特化したアプリを使用する前に、アクティビティスペースを適切に設定し、ヘッドセットの装着中に見えなくなる可能性のある危険物を排除しておいてください。
  - VRシステムの設定の際には、使用予定期間中は快適に使用できるように（エルゴノミクス）、使用後も支障のないように配慮してください。反復性ストレス障害（「**反復性ストレス障害**」を参照）の症状が現れた場合は、症状が落ち着くまで使用を中止し、休息をとってください。VRシステムの使用中または使用後に反復性ストレスによる不快感が続く場合は、使用を中止し、医師の診断を受けてください。

- 一日を通して定期的に休憩を取るようにしてください。
- 他のユーザーや同僚と一緒にアクティビティスペースを使用する場合は、選択したアプリを使用するための十分なスペースを確保してください（「**他のユーザーとのスペース共有（コロケーション）**」を参照）。

聴覚障害

- 聴覚障害の可能性を防ぐため、VRシステムを長時間、大音量で使用しないでください。

⚠ 警告 **システムアラート**

ユーザー保護のため、システムアラートのプロンプトが表示されたら、すぐに対処してください。VRシステムには、次の警告が表示される場合があります。

- **オーバーヒートのアラート。**ヘッドセットやコントローラーが過熱しているときの音と視覚によるアラート。このアラートが表示されたりアラート音がした場合は、けがの防止のため、ヘッドセットを外すか、コントローラーを置くか、またはその両方を行い、冷ましてから使用を再開してください。
- **音量のアラート。**ボリュームレベルが高いときの視覚的なアラート。このアラートが表示された場合は、音量を下げて難聴になるリスクを減らしてください。
- **アクティビティスペース外のアラート。**アクティビティスペースの外に出たときの視覚的なアラート。アラートが表示された場合、パススルー中の場合は注意が必要です。全神経を集中させる必要があるアクティビティや状況では、ヘッドセットを外してください。それ以外の場合は、必要に応じてアクティビティスペースに戻り、エクスペリエンスを続けてください。
- **トラッキングエラーシステムアラート。**VRシステムのトラッキングシステムが正常に作動していないときの視覚的なアラート。ヘッドセット

やコントローラーでトラッキングの問題が発生している場合は、ガーディアンシステムが正常に機能していないか、無効になっている可能性があります。このアラートが表示された場合は、ヘッドセットを外し、安全な場所に移動してください。その後、スクリーンに表示される指示に従って問題に対処してください。

⚠ 警告 **違和感**

- 違和感を感じたらVRシステムの使用を中止し、違和感がなくなるまで再開しないでください。使用を中止しても症状が続く場合は、医師に相談し、問題なしと診断されるまでVRシステムの使用を再開しないでください。
- 次のような症状が出た場合は、直ちにVRシステムの使用を中止してください。
  - 発作
  - 意識喪失
  - 眼精疲労
  - 目や筋肉のけいれん
  - 不随意運動
  - 視界の変形、かすみ目、二重視、その他の視覚異常
  - めまい
  - 方向感覚の喪失
  - バランス感覚の喪失
  - 手と目の協調運動の喪失
  - 異常な発汗
  - 唾液分泌過多
  - 吐き気
  - ふらつきや立ちくらみ
  - 息切れ
  - 動悸
  - 頭部や目の違和感や痛み
  - 眠気
  - 疲労（眼精疲労を含む）
  - 圧迫感や擦れ
  - かゆみ、刺激症状、その他皮膚の不快感
  - 乗り物酔いに似た症状
  - その他、異常な感覚や不快感

乗り物酔いとその他の後遺症

- **VR体験をしたときの感覚が持続し、数時間後に症状がより強く現れることがあります。これは、船に長時間乗った後に体が揺れている感覚が持続する症状と似ています。**こうした使用後の症状には、上記以外にも過度の眠気やマルチタスク能力の低下などがあります。これらの症状により、現実世界で通常の活動を行うとけがをするリスクが高くなる可能性があります。
  - 症状が完全に治まるまでは、車の運転や機械の操作、または深刻な結果を招く恐れのある目や体に負担のかかる行為（その症状が死亡やけが、または器物破損につながる可能性のある行為）や、バランス感覚や手と目の協調運動を必要とする活動（スポーツをする、自転車に乗るなど）を行わないでください。

  - すべての症状が完全に治まってから数時間経過するまでは、VRシステムを使用しないでください。
  - 症状が出る前に使用していたアプリと同じ種類のものには気をつけるようにしてください。そのアプリに関連する症状が出やすくなる可能性があります。そのアプリが提供している快適さに関する情報（該当する場合は快適さの評価を含む）を確認し、カメラやプレイヤーの動きがあまり強くないアプリや、方向感覚を失わせる可能性の少ないコンテンツやエフェクトの使用を検討してください。
  - 症状が重い場合や症状が続く場合は、医師の診察を受けてください。
- 自動車やバス、飛行機、電車などの移動車両内でVRシステムを使用すると、速度の変化や急な動きによって有害な症状を起こしやすくなります。

Visible
Trim

⚠ 注意 **皮膚への刺激**

ヘッドセットは顔の皮膚と頭皮に密着させて装着します。皮膚の腫れや不快感、かゆみ、炎症、異常な脱毛、その他の皮膚反応を感じた場合は、VRシステムの使用を中止してください。刺激を感じた場合は、ヘッドセットの装着感を確認し、適宜調節してください。また、クリーニングをすると症状が治まる場合があります。(「**VRシステムのお手入れ**」とクリーニング方法store.meta.com/help/quest/cleaningを参照。) 症状が続く場合は医師の診察を受けてください。

- 時計や指輪などアクセサリーを肌につけたときと同様、ヘッドセットを使用した後に圧迫痕がつくことがありますが、しばらくすると消えます。ヘッドセットを正しく装着し、締め付け過ぎないようにしてください。
- 刺激や違和感がある場合は、フロントパッドとリアパッドにカバーを付けてヘッドセットを使用すると、刺激や違和感が軽減または解消される場合があります。Meta Questストアstore.meta.com/quest/accessoriesでは、さまざまな素材のカバーがお求めになれます。また、その他の正規カバーも入手可能です。正規カバーの見分け方については、store.meta.com/help/quest/authorizedpartsをご覧ください。

ヘッドセットの調整。

ヘッドセットから過度の圧迫、刺激症状、擦れを感じる場合、またはヘッドセットの重さが不快感を引き起こす場合は、ヘッドセットの装着具合を調整して不快感を軽減してください。不快感が軽減されない場合は、ヘッドセットの使用を中止してください。

⚠ 警告 **ヘッドセットとコントローラーのバッテリーと充電**

充電式リチウムイオンバッテリー内蔵のVRシステム (ヘッドセットとコントローラー) には、充電ドックと電源アダプター (充電器)、充電ケーブルが付属しています。バッテリーや充電ドック、電源アダプター、充電ケーブルを正しく使用しないと、火災や爆発、バッテリーの液漏れ、またはその他の危険の原因となります。ユーザーや周囲の人のけがや、VRシステムやその他の器物破損のリスクを減らすため、以下の指示に従ってください。

- VRシステムのバッテリーは、ユーザーによる交換や修理ができません。ヘッドセットやコントローラーを開けてバッテリーに触ろうとしたり、バッテリーを開けたり、修理や交換をしないでください。デバイスのバッテリーや電源管理のサポートが必要な場合は、Meta Quest Supportまでお問い合わせください。
- ヘッドセットとコントローラーの充電には、付属または正規の充電ドックや電源アダプター、ケーブルのみを使用してください。それ以外の充電ドックやケーブル、電源アダプターは使用しないでください。充電ドックやケーブル、電源アダプターがお使いのヘッドセットやコントローラーが公認のものか不明な場合は、store.meta.com/help/quest/authorizedpartsをご覧ください。
- 接続ケーブルやコネクター端子、充電ドック、電源アダプターに損傷や磨耗の兆しがないか定期的に点検してください。電源コードや筐体、接続ポート、接続ケーブル、充電ドックなどの部品に損傷、またはひびが入ったり露出している場合は、電源アダプターを使用しないでください。
- 付属の電源アダプターや正規のアクセサリー以外の外付けバッテリーパックや電源でバッテリーを充電したり、VRシステムに電力を供給したりしないでください。
- 充電を試みてもヘッドセットやコントローラーの電源が入らない場合や、使用中または充電中にVRシステムが異常に熱くなる場合、またはバッテリーケースの膨張、液漏れ、または煙が出ている場合は、ヘッドセットやコントローラーの充電や使用はしないでください。
- ヘッドセットやコントローラーを分解する、押しつぶす、曲げる、変形させる、穴を開ける、切

Visible
Trim

断する、高い圧力をかけるといった行為はしないでください。バッテリーの液漏れやバッテリー内部のショートの原因となり、過熱を引き起こします。

- ヘッドセットやコントローラーを落とさないでください。特に硬い物の上に落とすと、ヘッドセットやコントローラー、バッテリーが損傷する可能性があります。ヘッドセットやコントローラーを使用する前に、損傷がないか毎回点検してください。ヘッドセットやコントローラー、またはそのバッテリーの損傷が疑われる場合は、Meta Quest Supportまでお問い合わせください。
- ヘッドセットやコントローラー、電源アダプターを濡らしたり、液体に浸したりしないでください。ヘッドセットやコントローラーが乾いていて正常に作動しているように見えても、バッテリー端子や回路が徐々に腐食され、安全上の問題が生じる可能性があります。ヘッドセットやコントローラーが濡れた場合は、正常に作動しているように見えても、Meta Quest Supportまでご連絡ください。
- ヘッドセットやコントローラー、電源アダプターを調理台や調理器具、アイロン、暖房器具の上やその近く、または直射日光の当たる場所など高温になる場所に置かないでください。過度の熱により、ヘッドセットやコントローラー、またはそのバッテリーが損傷し、爆発する可能性があります。電子レンジやヘアドライヤー、アイロン、暖房器具などの器具や熱源で、濡れたり湿ったりしたヘッドセットやコントローラーを乾かさないでください。高温になる車内にヘッドセットやコントローラーを放置しないでください。
- バッテリーが液漏れしたときは、漏れた液が皮膚や目に触れないようにしてください。皮膚や目に触れてしまったら、触れた部分を大量の水で洗い流し、医師の診察を受けてください。
- ヘッドセットやコントローラーの使用中や充電中は、必ず適切な換気と通気を確保してください。空気の流れを著しく妨げる素材の物

でヘッドセットやコントローラーを覆うと、VRシステムの性能に影響を及ぼし、火災や爆発の危険性が生じます。
- ヘッドセットやコントローラー、充電ドック、電源アダプターは、業界の表面温度基準に準拠しています。長時間の直接接触による低温やけどを予防するため、充電中や電源への接続中は、長時間に渡って電源アダプターに直接触れないでください。電源アダプターは通気のよい場所で使用してください。電源アダプターの上に枕や毛布、服、体を乗せないでください。皮膚で熱を感じることが難しい特殊な健康状態や体調の方は、デバイスの使用時や電源アダプターでの充電時に特別な注意を払ってください。ヘッドセットのスクリーンに表示される温度警告や注意に従ってください。
- ヘッドセットやコントローラー、バッテリーは、お住まいの自治体の法令に従ってリサイクルまたは破棄してください。一部の地域では、特定の電子機器の廃棄が厳しく規制されています。ヘッドセットやコントローラーは、過熱するとバッテリーが爆発することがありますので、火や焼却炉の中に捨てないでください。ヘッドセットやコントローラー、バッテリーは家庭ごみと区別して廃棄してください。VRシステムの適切なメンテナンスおよび交換方法については、store.meta.com/legal/quest/product-information-sheet-quest-proをご覧ください。不要になったVRシステムまたは部品のリサイクル方法については、store.meta.com/legal/quest/product-information-sheet-quest-proをご覧ください。

⚠ 警告 **充電ポート、接点、ドック、ケーブル**

オーバーヒートを避けるため、次の充電ポイントを清潔で乾いた状態に保ち、ごみを取り除いてください。

- ヘッドセット充電ポートと接点。
- コントローラーの充電ポート
- ヘッドホン端子、および

Visible
Trim

・付属／正規の充電ドックとケーブル。
充電ポイントは定期的に点検し、腐食や損傷の兆候がないことを確認してください。腐食や損傷が見られる場合や疑われる場合は、使用を中止し、Meta Quest Supportまでご連絡ください。

⚠ 警告　感電

感電の危険を減らすため、次の注意事項を守ってください。

- VRシステムの部品を改造したり開けたりしないでください。
- 付属または正規の充電ドックやケーブル、電源アダプターの一部に損傷や配線の露出、ゴミの付着、バッテリーコンパートメントに損傷が見られる場合は、VRシステムを充電しないでください。
- 充電ポートや充電接点、充電ドックに金属や導電性の物、異物を挿入しないでください。
- VRシステムを水や液体にさらさないでください。
- VR システムには、付属または正規の充電ドックとケーブル、電源アダプターのみを使用してください。

⚠ 警告　ヘッドセットとコントローラーの温度

使用中や充電中のヘッドセットやコントローラーに触れると温かく感じるのは異常ではありません。ヘッドセットやコントローラーに触れたときに熱く感じたり、不快に感じるほど熱い場合は、使用または充電を中止して、VRシステムを冷ましてください。

- オーバーヒートの警告が表示されたら、すぐに対処してください（「**システムアラート**」を参照）。
- ヘッドセットの皮膚に触れる部分が高温の状態のまま長時間皮膚に触れていると、皮膚の不快感や発赤、または低温熱傷になることがあります。

⚠ 警告　反復性ストレス障害

VRシステムを使用すると、筋肉や関節、首、手、皮膚が痛くなることがあります。VRシステムを使用していて体の一部に疲れや痛みを感じたときや、ヒリヒリ感、しびれ、灼熱感、こわばりなどの症状を感じた場合は、少なくとも症状が治まるまで使用を中止して安静にしてください。使用中や使用後にこれらの症状や違和感が続く場合は、使用を中止してください。症状が続く場合は医師の診察を受けてください。

⚠ 警告　アクセサリーとコントローラー

- VRシステムは、正規品ではないアクセサリー用には設計されていません。正規品ではないアクセサリーを使用すると、ユーザーや周囲の人がけがをしたり、VRシステムや関連サービスに性能の問題や故障、保証の対象外となる損傷を引き起こす可能性があります。
- 付属品および正規のアクセサリーの正しい取り付け方や警告、使用方法については、アクセサリーの取扱説明書をご参照ください。
- 正規のアクセサリーには推奨されるバッテリーと充電システムのみをお使いください。
- リストストラップがある場合はアクセサリーとコントローラーに取り付けて使用し、使用時には手首に固定して、緩んでコントローラーが手からすり抜けてしまわないようにしてください。
  - 一部のアプリでは、スタイラスペンを使って、書く、描く、または同様のアクティビティが行えます。書く、描く、または同様のアクティビティを終えたら、他のアプリに戻る前に必ずスタイラスペンをリストストラップに持ち替えてください。

Visible

Trim

⚠ 注意 **VRシステムのお手入れ**

- VRシステムの一部が故障または損傷している場合は使用しないでください。Meta Quest Support（store.meta.com/help/quest）までお問い合わせください。
  - VRシステムに損傷がないか、以下の部品を含めて定期的に点検し、損傷が見られる場合、またはその疑いがある場合は使用しないでください。
    - ヘッドセット（フロントプレート、レンズ、ポートなどを含む）。
    - 電気部品（「**ヘッドセットとコントローラーのバッテリーと充電**」を参照）。
    - コントローラー（左右）
    - その他のアクセサリー（VRシステムの付属品、その他を問わず）
- VRシステムのいかなる部分もご自身で修理しようとしないでください。Meta Quest Supportまでお問い合わせください。
- VRシステムの損傷を防ぐため、VRシステムを湿気や高湿度、高濃度のほこりや空気中の浮遊物、作動範囲を超えた温度、直射日光にさらさないでください。
  - ヘッドセットを持ち運ぶときは、必ず付属の**プロテクトカバー**をヘッドセットのフロントカバーウィンドウに取り付けてください。
- 損傷を防ぐため、VRシステムはペットの届かない場所に置いてください。
- Meta Quest Support store.meta.com/help/quest/cleaningの説明に従って、VRシステムのすべての部品を清潔に保ってください。
  - VRシステムの各パーツは、特定の方法やツールを使ってクリーニングする必要があります。

  - ヘッドセットの前面とレンズを除く本体のクリーニングには、アルコールや研磨剤の入っていない抗菌ワイプを使用します。上記のURLに記載されている手順に従ってください。
- クリーニングを適切に行わないと、VRシステムが損傷したり、VRシステムの作動に支障をきたす可能性があり、けがや器物破損のリスクが高まります。
  - フロントカバーウィンドウとレンズのクリーニングには、付属のクリーニング用の布のみを使用してください。
    - クレンザーや石鹸成分を含んだ液体を使用すると、フロントカバーウィンドウとレンズに修復不能な損傷を与える可能性があります。

感染症

感染症（結膜炎など）を他人に移さないため、感染の可能性がある症状や伝染病、病気（特に目や皮膚、頭皮）にかかっている人とVRシステムを共用しないでください。ヘッドセットとコントローラーは、使用するたびにクリーニングしてください（「**VRシステムのお手入れ**」を参照）。ヘッドセットのパッドが摩耗したりきれいにならない場合は、交換してください。

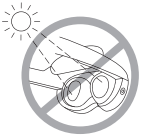
⚠ 注意 **レーザー情報。**

ヘッドセットはクラス1レーザー製品です（「**コンプライアンス**」を参照）。ヘッドセットを分解しようとしないでください。ヘッドセットやレーザーに改造を加えると、危険な放射線にさらされる可能性があります。**サポートが必要な場合は、Meta Quest Supportまでお問い合わせください。**

Visible

Trim

知らせ **レンズに直射日光を当てない**



レンズに直射日光を当てないようにしてください。レンズに直射日光が当たるような方法でヘッドセットを保管したり、輸送したりしないでください。レンズに直射日光が当たると、短時間でも光学機器やディスプレイが損傷することがあります。

知らせ **医療機器ではありません**

VRシステムは医療機器ではありません。いかなる疾病の診断、治療、治癒、予防を目的としたものでもありません。

限定的保証について

限定的保証については、store.meta.com/legal/limited-warrantyをご覧いただくか、下記住所までお問い合わせください。

Meta Platforms Technologies, LLC
1 Hacker Way, Menlo Park, CA 94025, USA

Visible

Trim

store.meta.com/help/quest

store.meta.com/legal/quest/health-and-safety-warnings/

891-00544-01