

# INSTRUCTIONS POUR SUIVRE LE PROGRAMME

Merci de consulter cette Foire aux Questions pour tout problème d'accès au programme *Easy Résolutions*.

## Pour accéder aux ressources...

- 🌿 Tout d'abord vous devez avoir commandé le programme [Easy Résolutions](#) sur le site de Simplement Cru, ainsi qu'avoir payé via PayPal ou virement direct.
- 🌿 Une fois inscrit, cliquez sur le lien vers la [page de ressources](#) du programme. Si vous n'êtes pas déjà connecté sur le compte Simplement Cru créé lors de votre achat, entrez votre identifiant (en général votre adresse email) et mot de passe pour avoir accès à cette page.
- 🌿 Vous verrez ensuite une liste des catégories de ressources, telles que les Outils et vos Messages quotidiens et mensuels (ceux-ci vous sont envoyés par email). Cliquez sur un de ces titres pour visionner les ressources correspondantes, puis cliquez sur les liens en vert pour télécharger chaque ressource (fiches, livrets ou fichiers audio ou vidéo).  
*Exemple : Pour écouter une téléconférence (fichier audio), vous pouvez soit cliquer sur le titre de la téléconférence pour l'ouvrir dans un nouvel onglet, ou cliquer sur la partie droite de la souris pour sauvegarder le fichier sur votre ordinateur.*
- 🌿 Vous aurez accès à ces ressources tout au long de l'année en cours à laquelle vous vous êtes inscrits, c'est-à-dire jusqu'au mois de décembre. Vous serez informé de la date à laquelle le site sera fermé pour être reformulé pour l'année suivante.

## Pour accéder au groupe Facebook...

- 🌿 Connectez-vous sur votre compte Facebook (<http://facebook.com>). Si vous n'êtes pas sur Facebook, il vous suffit de créer un compte avec le nom et l'email de votre choix (aucune obligation de fournir des informations privées) et l'annuler après le programme. Ce groupe Facebook est privé et ne peut être consulté que sur invitation.  
*Remarque : Si votre nom sur Facebook est différent de celui de votre compte Simplement Cru, merci de nous le signaler par email à [shop@simplementcru.ch](mailto:shop@simplementcru.ch).*
- 🌿 Visitez le groupe Facebook d'*Easy Résolutions* (nous vous enverrons le lien). Si vous n'êtes pas encore membre, cliquez « Rejoindre ce groupe. » Nous vous ajouterons à ce groupe privé dès que possible.
- 🌿 Consultez cette page quand vous souhaitez partager vos réussites et vos difficultés, et pour participer aux conversations avec les autres participants.

## Pour recevoir les emails du programme...

- 🌿 Vous recevrez durant le programme 7 emails quotidiens suivis par 11 emails mensuels (si vous suivez le programme en janvier).
- 🌿 Vous devez avoir commandé le programme [Easy Résolutions](#) sur le site de Simplement Cru, ainsi qu'avoir payé via PayPal ou virement direct.
- 🌿 Consultez votre messagerie électronique, où vous recevrez un email provenant de Simplement Cru chaque jour durant le programme. Assurez-vous que ces emails ne sont pas dans votre fichier « Spam/Courriers indésirables » - si c'est le cas, cliquez sur l'un des emails pour approuver nos messages.
- 🌿 Si vous avez complété ces deux étapes et ne recevez toujours pas les emails, contactez-nous : [shop@simplementcru.ch](mailto:shop@simplementcru.ch).