

Start here / Commencer ici



meta.com/help/quest/quest3s

Head strap adjustment Ajustement de la sangle de tête



Fit the strap around your head, using both hands to slide each slider away from each other, and towards your ears to tighten.
À l'aide de vos deux mains, éloignez les curseurs l'un de l'autre, en les faisant glisser vers vos oreilles, pour serrer la sangle.



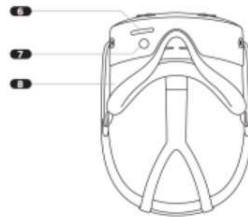
To adjust the top strap, separate the velcro and pull up to increase support of the headset's weight and reduce weight on cheeks. See meta.com/help/quest/fit for help on how to avoid too much facial pressure.

Pour obtenir un meilleur soutien et réduire le poids exercé sur les joues, ajustez la sangle supérieure en tirant la bande autoagrippante vers le haut. Pour savoir comment éviter une trop grande pression sur le visage, consultez meta.com/help/quest/fit.

Headset Casque



Back adjustment 1
Ajustement arrière
Top adjustment 2
Ajustement supérieur
USB charging 3
Recharge USB
Power button 4
Bouton de mise en marche
Ambient light sensor* 5
Capteur de luminosité*



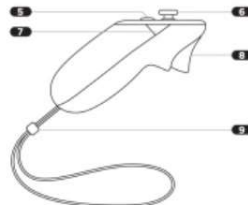
Volume 6
Volume
Action button 7
Bouton d'action
Facial interface 8
Protection faciale

*Do not cover
Ne pas couvrir

Touch Plus controllers Manettes Meta Quest Touch Plus



Menu button 1
Bouton Menu
A, B (left) X, Y (right) buttons 2
Boutons A, B (gauche) ; X, Y (droite)
Thumb rest 3
Appui-pouce
Grip button 4
Bouton de poigne



Meta button 5
Bouton Meta
Thumbstick 6
Manche
Battery cover eject button 7
Bouton d'éjection du couvercle du compartiment à pile
Trigger 8
Gâchette
Wrist strap 9
Dragonne