



Apple Watch SE 3 - Caractéristiques techniques

Année de commercialisation : 2025

Matériaux et finition

Boîtier en aluminium

Lumière stellaire
minuit

Dimensions et poids

44 mm

Hauteur : 44 mm

Largeur : 38 mm

Épaisseur : 10,7 mm

368 x 448 pixels

Surface d'affichage de 977 mm²

Poids (GPS) : 32,9 g

Poids (GPS + Cellular) : 33 g

Adapté aux tours de poignet de 140 à 245 mm

40 mm

Hauteur : 40 mm

Largeur : 34 mm

Épaisseur : 10,7 mm

324 x 394 pixels

Surface d'affichage de 759 mm²

Poids (GPS) : 26,3 g

Poids (GPS + Cellular) : 26,4 g

Adapté aux tours de poignet de 130 à 200 mm

Matériel et boutons

Digital Crown
Micro
Bouton latéral
Haut-parleur/aération
Capteur optique de fréquence cardiaque

Commandes

Digital Crown avec retour haptique
Bouton latéral
Gestes Toucher deux fois et Tourner le poignet
Siri sur l'appareil plus rapide

Puce

Puce S10 avec processeur bicoeur 64 bits
Neural Engine 4 cœurs
Capacité de 64 Go

Capteurs

Capteur optique de fréquence cardiaque de 2^e génération
Capteur de température₁
Boussole
Altimètre toujours activé
Accéléromètre force g élevée
Gyroscope à gamme dynamique élevée
Capteur de luminosité ambiante

Santé et bien-être

App Suivi de cycle avec estimations d'ovulation rétrospectives²
App Fréquence cardiaque
Notifications de fréquence cardiaque élevée ou faible
Notifications d'arythmie³
App Traitements
App Pleine conscience
App Bruit
App Sommeil avec phases de sommeil
Score de sommeil
Notifications d'apnée du sommeil⁴

Écran

Écran Retina toujours activé avec OLED et LTPO
Écran en verre Ion-X 4x plus résistant aux chocs⁵
Luminosité maximale jusqu'à 1 000 nits
Luminosité minimale de 2 nits
326 pixels par pouce

Audio

Haut-parleur
Micro
Lecture multimédia

Alimentation et autonomie

Autonomie d'une journée, jusqu'à 18 heures en utilisation normale⁶
Jusqu'à 32 heures en mode économie d'énergie⁶
Batterie lithium-ion rechargeable intégrée
Capacité de charge rapide⁷
Jusqu'à 80 % de charge en 45 minutes environ⁷

15 minutes pour un maximum de 8 heures en utilisation normale⁸
8 minutes pour un maximum de 8 heures de suivi du sommeil⁸

[En savoir plus sur Alimentation et autonomie](#)

Système d'exploitation

watchOS

watchOS est le système d'exploitation portable le plus avancé au monde, avec des apps et des fonctionnalités conçues pour vous aider à rester en forme, prendre soin de vous, veiller sur votre sécurité et garder le contact.

Exercices et activité

Course à pied
Exercices personnalisés
Vues des exercices personnalisables
Charge d'entraînement
Zones de fréquence cardiaque
Course avec itinéraire
Rythme
Longueur de foulée, temps de contact au sol et oscillation verticale
Détection automatique de piste
Séance multisport
Randonnée
Boussole avec azimut, inclinaison, altitude et coordonnées
Points de repère personnalisés

Points de repère générés automatiquement pour la connectivité cellulaire
Données GPS du point de départ
Plans hors ligne avec création d'itinéraires personnalisés
Cartes topographiques de plusieurs milliers de parcs nationaux et régionaux (États-Unis uniquement)
Plusieurs centaines de randonnées dans les 63 parcs nationaux des États-Unis
Cyclisme
Vitesse moyenne, dénivelé positif et distance
Connexion en Bluetooth aux accessoires de vélo
Seuil fonctionnel de puissance
Zones de puissance
Cadence
Activité en direct sur iPhone
Natation
Nage en piscine ou en eau libre
Exercices personnalisés pour la nage en piscine
Relevés intermédiaires et séries automatiques
Score SWOLF
Détection automatique du type de nage
Détection des planches de natation
Rythme moyen, distance totale et longueurs

Plus d'exercices

Ski
Snowboard
Rameur en plein air
Sports de rame
Golf
Marche
Elliptique
Rameur
Stepper

Fractionné (HIIT)
Yoga
Renforcement fonctionnel
Danse
Récupération
Gainage
Pilates
Tai chi
Fauteuil
Kickboxing
Multisport
Autre

Sécurité

Appel d'urgence⁹
Appel d'urgence international¹⁰
Détection des accidents⁹
Détection des chutes
Surveillance du bruit
Point de départ

Durabilité

Résistance à l'eau jusqu'à 50 m (adaptée à la natation)¹¹

Connectivité

GPS L1, GNSS, Galileo et QZSS
5G¹² et LTE¹³
Wi-Fi 4 (802.11n)
Prise en charge des réseaux Wi-Fi 2,4 GHz

Bluetooth 5.3

Apple Pay¹⁴

GymKit

Compatible avec Apple Watch pour vos enfants¹⁵

Accessibilité

Fonctionnalités d'accessibilité intégrées répondant à des besoins spécifiques en matière de vision, de mobilité, d'audition et de cognition.

[En savoir plus sur Accessibilité](#)

Fonctionnalités incluses :

VoiceOver

Zoom

Boutons avec I/O

Réduire la transparence

Augmenter le contraste

Filtres de couleur

Taille du texte

Texte en gras

Réduire les animations

Carillon toutes les heures

AssistiveTouch

Vitesse d'appui sur le bouton

Adaptation aux pressions

Répondre automatiquement

Écrire à Siri

Prise en charge RTT

Balance du volume audio
Transcription automatique
Parole en direct
Raccourci Accessibilité
Audio mono
Heure tactile
Voix personnelle
Écoute en temps réel

Conditions ambiantes

Température d'utilisation : de 0 à 35 °C
Température de rangement : de -20 à 45 °C
Humidité relative : de 5 à 90 % sans condensation
Altitude maximale d'utilisation : de 0 à 3 000 m

L'Apple Watch et l'environnement

L'Apple Watch SE 3 a été conçue de manière à réduire son impact sur l'environnement¹⁶ :

[Consulter le Rapport sur l'impact environnemental de l'Apple Watch SE 3 \(PDF\)](#)

Progression vers l'objectif Apple 2030

Apple 2030 représente notre engagement visant à atteindre la neutralité carbone sur l'ensemble de notre empreinte. Notre stratégie de décarbonation des produits est exigeante et se concentre sur différents aspects : la transition vers de l'électricité bas carbone, la fabrication à

base de matériaux recyclés et bas carbone, et le choix prioritaire de modes de transport à plus faible empreinte carbone pour nos produits, comme le fret maritime.

[Découvrir l'engagement d'Apple](#)

Matériaux

L'Apple Watch SE 3 est composée à 40 % de contenus recyclés¹⁷, notamment :

Aluminium 100 % recyclé dans le boîtier
Cobalt 100 % recyclé et lithium recyclé à 95 % dans la batterie
Terres rares 100 % recyclées dans tous les aimants
Or 100 % recyclé dans le placage et étain 100 % recyclé dans la soudure de tous les circuits imprimés conçus par Apple
Tungstène 100 % recyclé dans le Taptic Engine
40 % de verre recyclé dans l'écran en verre

Énergie

100 % de l'électricité utilisée pour la fabrication de l'Apple Watch SE 3 provient de sources d'électricité renouvelable¹⁸
100 % de la consommation attendue d'énergie par notre clientèle est compensée par de l'électricité bas carbone
Conforme aux normes d'efficacité énergétique de la California Energy Commission pour les systèmes de chargeurs de batterie¹⁹

Emballage

Emballage constitué de 100 % de fibres²⁰

L'emballage compact de l'Apple Watch SE 3 nous permet d'expédier 40 % d'unités en plus par voyage par rapport à l'Apple Watch SE

Déchets

Aucun site d'assemblage final de nos fournisseurs ne génère de déchets envoyés en décharge dans le cadre du programme Zero Waste d'Apple²¹.

Chimie plus intelligente²²

Tous les matériaux utilisés dans les produits, accessoires et emballages Apple sont conformes aux exigences de notre [Liste des substances réglementées](#), l'une des premières du secteur à restreindre l'utilisation de substances potentiellement dangereuses. Consultez le dernier [Rapport d'évolution sur le plan environnemental](#) pour comprendre les efforts entrepris récemment par Apple pour éliminer progressivement ces substances chimiques.

Compatibilité

iPhone 11 (ou modèle ultérieur) et iPhone SE (2^e génération ou ultérieure) avec iOS 26 (ou version ultérieure)

Contenu du coffret

Apple Watch SE 3

Bracelet

Câble de charge rapide magnétique vers USB-C (1 m) pour Apple Watch

1. La fonctionnalité de détection de température n'est pas destinée à un usage médical. Le capteur de température est disponible sur l'Apple Watch Series 8 (et modèles ultérieurs), sur l'Apple Watch SE 3 et sur tous les modèles d'Apple Watch Ultra.
2. L'app Suivi de cycle ne doit pas être utilisée à des fins de contraception ou pour le diagnostic d'une pathologie.
3. Les notifications d'arythmie nécessitent les dernières versions de watchOS et d'iOS. Elles ne sont pas destinées aux personnes de moins de 22 ans, ni aux personnes dont le diagnostic de fibrillation auriculaire (FA) a déjà été posé.
4. Les notifications d'apnée du sommeil sont disponibles sur l'Apple Watch Series 9 (et modèles ultérieurs), l'Apple Watch Ultra 2 (et modèles ultérieurs) et l'Apple Watch SE 3. Cette fonctionnalité vise à détecter les signes d'apnée du sommeil modérée à sévère chez les personnes de 18 ans et plus n'ayant pas reçu de diagnostic d'apnée du sommeil.
5. Le verre Ion-X de l'Apple Watch SE 3 est 4 fois plus résistant aux fissures que celui de l'Apple Watch SE 2.
6. L'autonomie d'une journée de la batterie est basée sur l'utilisation suivante : 300 vérifications de l'heure, 90 notifications, 15 minutes d'utilisation d'apps et un entraînement de 60 minutes avec lecture de musique depuis l'Apple Watch en utilisant le Bluetooth, sur une durée de 18 heures. L'utilisation de l'Apple Watch SE 3 (GPS) inclut la connexion à un iPhone en Bluetooth pendant l'intégralité des 18 heures. Les 18 heures d'utilisation de l'Apple Watch SE 3 (GPS + Cellular) incluent 4 heures de connexion cellulaire et 14 heures de connexion à un iPhone en Bluetooth. L'autonomie de la batterie en mode économie d'énergie intégrant le suivi du sommeil est basée sur l'utilisation suivante : 430 vérifications de l'heure, 130 notifications, 20 minutes d'utilisation d'apps, un entraînement de 60 minutes avec lecture de musique depuis l'Apple Watch en utilisant le Bluetooth et 6 heures de suivi du sommeil, sur une durée de 32 heures. L'utilisation de l'Apple Watch SE 3 (GPS) inclut la connexion à un iPhone en Bluetooth pendant l'intégralité des 32 heures. Les 32 heures d'utilisation de l'Apple Watch SE 3 (GPS + Cellular) incluent une connexion cellulaire à la demande et 24 heures de connexion à un iPhone en Bluetooth. Tests réalisés par Apple en juillet et août 2025 sur des prototypes d'Apple Watch SE 3 (GPS) et d'Apple Watch SE 3 (GPS + Cellular) jumelés à un iPhone. Tous les appareils étaient équipés de préversions logicielles. L'autonomie de la batterie varie en fonction de l'utilisation, de la configuration, du réseau cellulaire, de la puissance du signal et de nombreux autres facteurs. Les résultats réels sont susceptibles de varier.
7. Les temps de charge de 0 à 80 % et de 0 à 100 % indiqués ont été obtenus en utilisant le Câble de charge rapide magnétique vers USB-C pour Apple Watch. Tests réalisés par Apple en juillet et août 2025 sur des prototypes d'Apple Watch SE 3 (GPS) et d'Apple Watch SE 3 (GPS + Cellular) jumelés à un iPhone. Tous les appareils étaient équipés de préversions logicielles et ont été testés avec le Câble de charge rapide magnétique vers USB-C pour Apple Watch (modèle A2515) et

l'Adaptateur secteur USB-C 20 W Apple (modèle A2305). Tests de charge rapide réalisés sur des Apple Watch déchargées. Temps calculé à compter de l'apparition du logo Apple au démarrage de l'appareil. Le temps de charge varie en fonction de l'adaptateur, des zones géographiques, des réglages, du niveau de batterie initial, de l'utilisation et de facteurs environnementaux. Les résultats réels sont susceptibles de varier.

8. Tests réalisés par Apple en juillet et août 2025 sur des prototypes d'Apple Watch SE 3 (GPS) et d'Apple Watch SE 3 (GPS + Cellular) jumelés à un iPhone. Tous les appareils étaient équipés de préversions logicielles et ont été testés avec le Câble de charge rapide magnétique vers USB-C pour Apple Watch (modèle A2515) et l'Adaptateur secteur USB-C 20 W Apple (modèle A2305). Le temps de charge varie en fonction de l'adaptateur, des zones géographiques, des réglages, du niveau de batterie initial, de l'utilisation et de facteurs environnementaux. Les résultats réels sont susceptibles de varier.
9. Appel d'urgence nécessite une connexion cellulaire ou les appels Wi-Fi avec une connexion internet provenant de votre Apple Watch ou de votre iPhone à proximité. Vous pouvez utiliser les modèles d'Apple Watch à connectivité cellulaire pour appeler les secours dans de nombreux endroits, à condition que le service de données cellulaires soit disponible. Certains réseaux cellulaires peuvent refuser les appels d'urgence provenant de votre Apple Watch si celle-ci n'est pas activée, si elle n'est pas compatible avec un réseau cellulaire spécifique ou si elle n'est pas configurée pour fonctionner sur ce réseau, si elle n'est pas configurée pour bénéficier du service de données cellulaires ou si le réseau cellulaire ne prend pas en charge les appels d'urgence par IMS. Pour plus d'informations, consultez les pages support.apple.com/fr-fr/108374 et apple.com/fr/watch/cellular.
10. Nécessite une Apple Watch Series 7, SE, Ultra ou un modèle ultérieur. Pour connaître la liste des pays et zones géographiques concernés, rendez-vous sur la page apple.com/fr/watchos/feature-availability.
11. L'Apple Watch SE 3 est résistante à l'eau jusqu'à 50 mètres, conformément à la norme ISO 22810:2010. Elle peut être utilisée pour des activités en eaux peu profondes telles que la natation en piscine ou en eau libre. L'Apple Watch SE 3 ne doit pas être utilisée pour la plongée sous-marine, le ski nautique ou d'autres activités impliquant des courants rapides ou une immersion profonde. La résistance à l'eau n'est pas permanente et peut s'amenuiser au fil du temps. Pour plus d'informations, consultez support.apple.com/fr-fr/109522.
12. Forfait de données requis. 5G disponible sur certains marchés et auprès de certains opérateurs. Les vitesses varient selon la configuration des lieux et l'opérateur. Pour en savoir plus sur la compatibilité avec la 5G, contactez votre opérateur et consultez apple.com/fr/watch/cellular.
13. Forfait mobile requis pour les données cellulaires. Pour plus d'informations, contactez votre opérateur. La connexion peut varier en fonction de la disponibilité du réseau. Consultez apple.com/fr/watch/cellular pour connaître les opérateurs mobiles participants et les conditions d'éligibilité. Pour de plus amples instructions de configuration, rendez-vous sur support.apple.com/fr-fr/HT207578.
14. Pour utiliser Apple Pay, vous devez disposer d'une carte prise en charge par un établissement émetteur participant. Pour vérifier si votre carte est compatible avec Apple Pay, vous devez contacter l'établissement émetteur. Apple Pay n'est pas disponible dans tous les pays et régions. [Voir les pays et régions où Apple Pay est disponible](https://support.apple.com/fr-fr/HT207578).

15. Toutes les fonctionnalités ne seront pas disponibles si l'Apple Watch est configurée via Apple Watch pour vos enfants. Pour plus d'informations, consultez la page support.apple.com/fr-fr/109036. Forfait mobile requis pour les données cellulaires. Consultez apple.com/fr/watch/cellular pour connaître les opérateurs mobiles participants et les conditions d'éligibilité.
16. Données exactes au moment du lancement du produit.
17. Le contenu recyclé ou renouvelable du produit représente la masse des matériaux recyclés certifiés par rapport à la masse totale de l'appareil, hors emballage et accessoires fournis.
18. Notre électricité utilisée pour la fabrication provient de sources propres, notamment d'un mix de projets d'énergie propre menés par Apple et par ses fournisseurs.
19. L'Apple Watch SE 3 est conforme aux normes d'efficacité énergétique de la California Energy Commission pour les systèmes de chargeurs de batterie de petite taille, comme indiqué dans le [California Code of Regulations](#).
20. Calcul basé sur l'emballage commercial envoyé par Apple. Répartition, en poids, des différents composants de l'emballage d'un produit vendu aux États-Unis. Les adhésifs, encres et revêtements sont exclus de nos calculs portant sur la teneur en plastique et le poids des emballages.
21. Tous les sites d'assemblage final des fournisseurs – ceux qui sont fournisseurs d'Apple depuis plus d'un an – pour l'Apple Watch SE 3 font l'objet d'une vérification par un organisme tiers et ont obtenu la certification Zero Waste d'UL LLC (UL 2799 Standard). UL exige un taux de réorientation des déchets d'au moins 90 % par le biais de méthodes autres que la transformation des déchets en énergie pour l'obtention des appellations Zero Waste to Landfill (90 à 94 % pour l'argent, 95 à 99 % pour l'or et 100 % pour le platine).
22. La Liste des substances réglementées d'Apple décrit les restrictions sur l'utilisation de certaines substances chimiques dans les matériaux des produits, les accessoires, les procédés de fabrication et les emballages utilisés pour l'expédition des produits à la clientèle d'Apple. Les restrictions découlent des lois ou directives internationales, des organismes de réglementation, des écolabels, des normes environnementales et des politiques d'Apple. Chaque produit Apple est exempt de PVC et de phtalates, à l'exception des cordons d'alimentation en Inde, en Thaïlande (pour les cordons d'alimentation à deux broches) et en Corée du Sud, où nous attendons toujours que nos solutions de remplacement pour le PVC et les phtalates soient agréées par les autorités gouvernementales. Les produits Apple sont conformes à la directive européenne 2011/65/UE et à ses directives déléguées, y compris les exemptions concernant l'utilisation du plomb, par exemple dans les soudures à haute température. Lorsque cela est techniquement possible, Apple s'efforce d'éliminer totalement l'utilisation de ces substances exemptées pour ses nouveaux produits.

L'Apple Watch Ultra 3, l'Apple Watch Series 11 et l'Apple Watch SE 3 nécessitent un iPhone 11 (ou modèle ultérieur) avec iOS 26 (ou version ultérieure).

Les fonctionnalités sont sujettes à modification. La disponibilité des fonctionnalités, des applications et des services peut varier en fonction des régions et des langues. [Cliquez ici pour en consulter la liste complète](#).