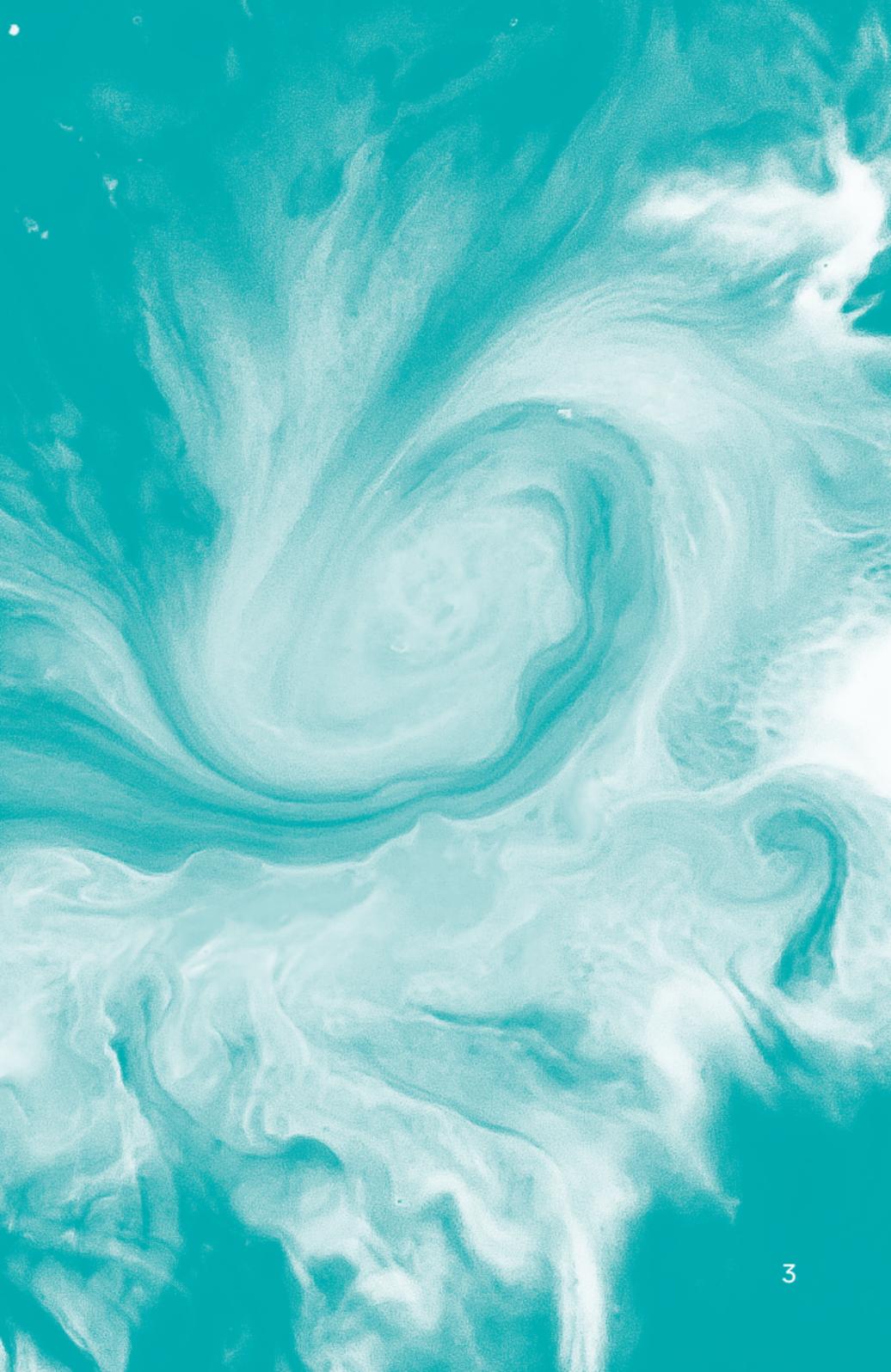




Hoom

HoomBand





Français

Guide utilisateur

- P.6 MANIFESTE
- P.7 ANATOMIE
- P.8 RÉGLAGE
- P.10 UTILISATION
- P.12 VOS QUESTIONS
- P.14 ENTRETIEN
- P.14 AVERTISSEMENT
- P.16 GARANTIE & CONDITIONS
- P.17 CONTACT

MANIFESTE

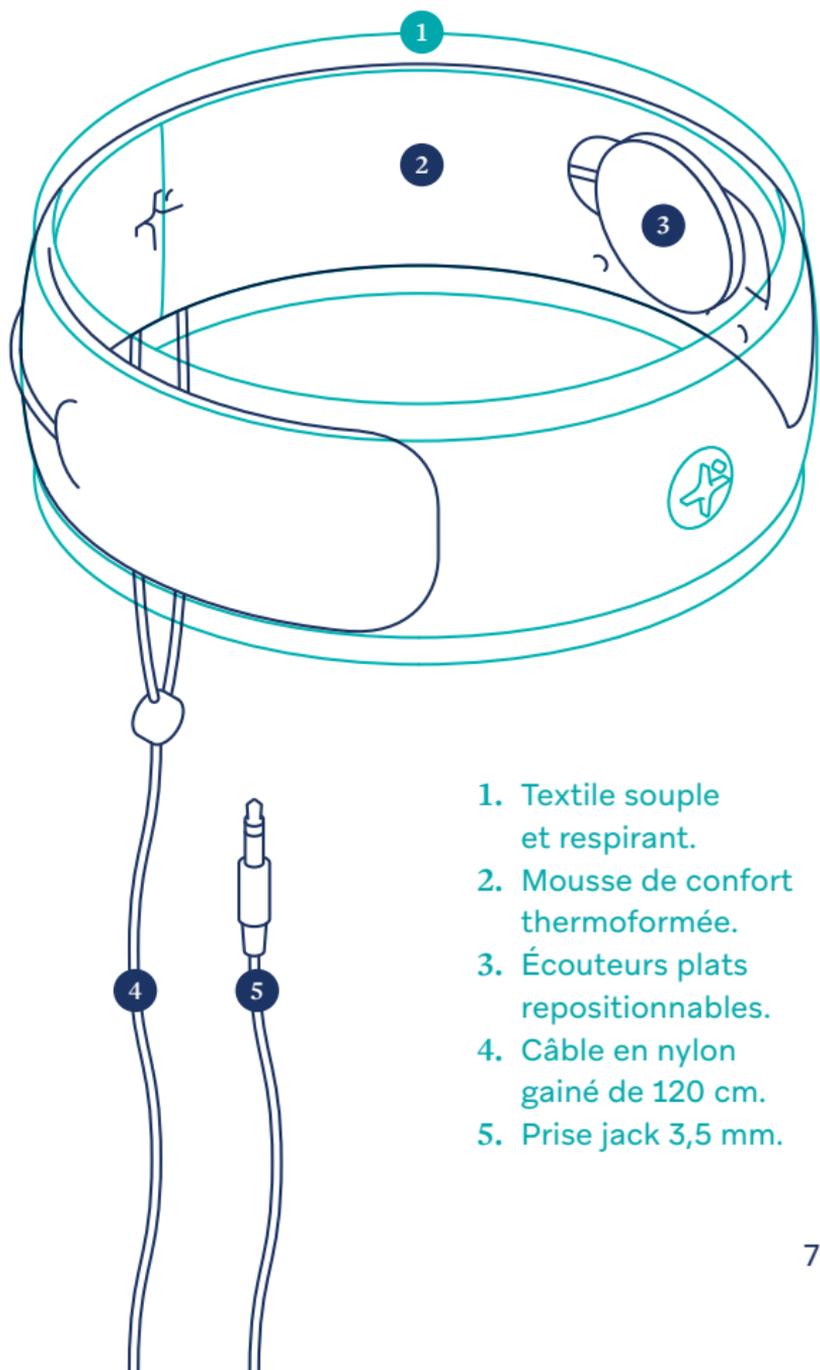
Nous sommes Livlab, une équipe d'ex-insomniaques, de designers et d'entrepreneurs dont la mission est d'améliorer votre sommeil.

Nous nous sommes entourés des meilleurs spécialistes — hypnothérapeutes, psychothérapeutes, médecins du sommeil, sophrologues, écrivains, sound designers et musiciens — dans le but de créer un contenu audio qualitatif, varié et immersif pour vous aider à vous endormir.

Et comme les outils audio du marché n'étaient pas conçus pour s'endormir (casques audio volumineux et écouteurs peu agréables), nous avons décidé de développer HoomBand, un bandeau sonore textile adapté au sommeil.

HoomBand est plus qu'un casque audio, c'est le nouveau rituel de vos nuits.

ANATOMIE



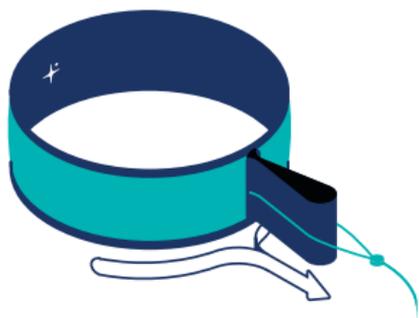


RÉGLAGE



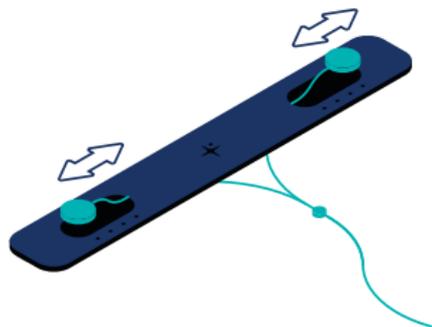
1

Retournez le bandeau de façon à ce que la partie intérieure soit à l'extérieur.



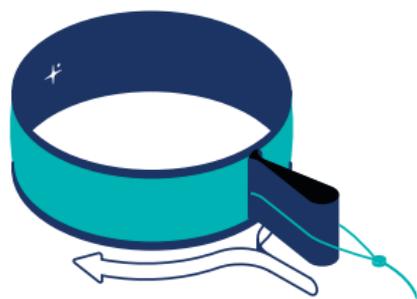
2

Retirez la mousse par la fente arrière.



3

Ajustez la position des écouteurs à celle de vos oreilles.



4

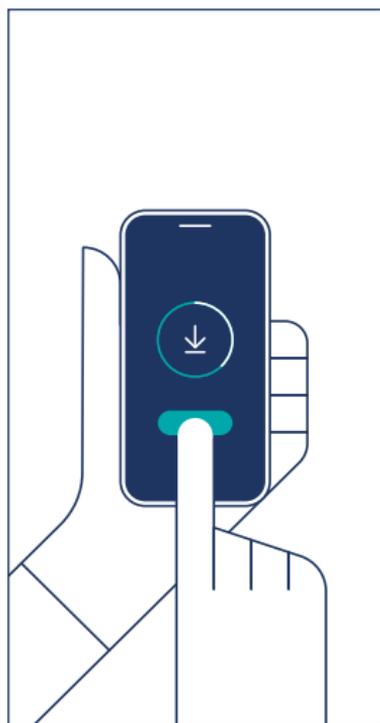
Réinsérez la mousse dans le textile en veillant à ce qu'elle soit bien centrée.



5

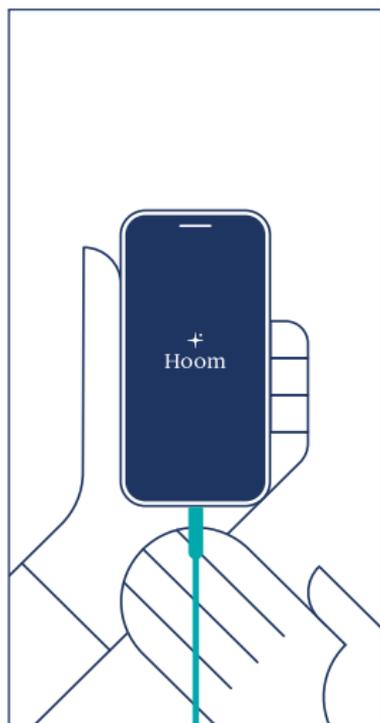
Faites sortir le câble par la fente située à l'arrière du bandeau.

UTILISATION



1

Téléchargez l'application HoomBand depuis l'App Store ou Google Play.



2

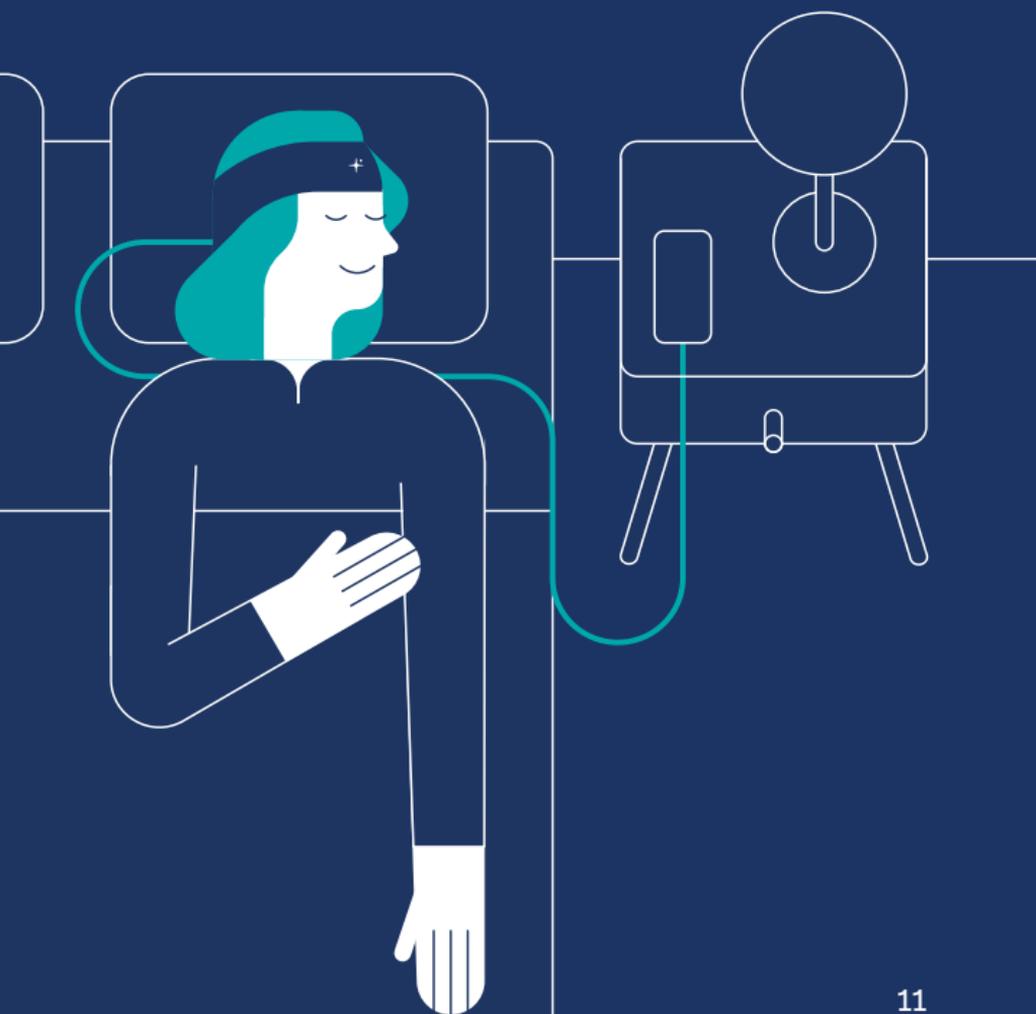
Branchez le bandeau au smartphone et lancez l'application.

3

Installez-vous confortablement et lancez la piste audio de votre choix.

4

Laissez le smartphone sur la table de nuit. Vous pouvez télécharger les sessions et activer le mode avion pour rester déconnecté.



VOS QUESTIONS

— Puis-je garder HoomBand pendant la nuit ?

Le bandeau a été conçu pour que vous puissiez le garder toute la nuit (confort, respirant, etc). Vous pouvez donc dormir dans la position de votre choix.

— Quel volume dois-je paramétrer ?

Nous déconseillons de mettre le volume au maximum pour ne pas risquer de détériorer vos capacités auditives. Le volume idéal est suffisamment élevé pour entendre le contenu audio et suffisamment bas pour que celui-ci ne vous réveille pas une fois endormi(e).

— Je porte HoomBand mais entends les bruits extérieurs, est ce normal ?

Oui, les écouteurs ne sont pas intraoculaires et ne renferment pas vos oreilles comme d'autres casques audio, ce qui assure un confort prolongé pendant la nuit. Il permet aussi de ne pas bloquer complètement les sons extérieurs en cas d'alerte de sécurité (alarme incendie).

— Où porter mon attention ?

Une partie de votre attention se portera automatiquement sur le son et les inductions hypnotiques. Le principal est d'adopter une attitude passive et se laisser aller. L'exercice est simple à réaliser et ne vous demande presque aucun effort mental.

— Dois-je essayer d'arrêter de penser ?

Non, quoiqu'il arrive vous n'y arriverez pas. Ce ne sont pas les pensées qui vous empêchent de dormir mais la réaction à ces pensées : parce qu'elles vous gênent, vous souhaitez les arrêter. Cette tentative vouée à l'échec ne peut que vous énerver, vous empêchant ainsi de dormir. Grâce aux histoires de l'app HoomSleep, vous serez beaucoup moins réactif à vos pensées qui ne seront plus un obstacle au sommeil.

ENTRETIEN

Avant le lavage, veillez à bien retirer la mousse et les écouteurs. Le textile se lave à l'eau tiède et à la main. Quand le tissu est entièrement sec, ré-insérez la mousse et les écouteurs.



AVERTISSEMENT

Veillez ne pas utiliser HoomBand et le contenu de l'app en conduisant un véhicule motorisé ou en travaillant sur une machine ou dans un lieu où vous n'êtes pas en mesure d'écouter les sons extérieurs pouvant mettre en danger votre vie et celle d'autrui.

À pleine puissance, l'écoute prolongée des fonctions sonores du produit peut endommager l'oreille de l'utilisateur. Utiliser HoomBand limite votre capacité à écouter les bruits environnants, quel que soit le volume sonore. Veillez donc à l'utiliser avec précaution.



Produit fabriqué après le 1^{er} janvier 2006 ne pouvant être considéré comme un déchet ménager. À apporter à un point agréé pour le recyclage d'équipement électronique.



Avertissement. Ne convient pas aux enfants de moins de 3 ans. Long cordon pouvant causer un risque d'étranglement. Petites pièces pouvant causer un risque d'étouffement.



Bien veiller à réduire le volume avant l'utilisation. Pour prévenir d'éventuels troubles de l'audition, ne pas écouter de son durant une période trop prolongée.

GARANTIE & CONDITIONS

Garantie

HoomBand bénéficie de la garantie légale contre tout vice de matériau et fabrication dans des conditions normales d'utilisation pendant une période de 1 an. Tout retour du produit au titre de la garantie précitée doit faire l'objet d'un accord préalable de Livlab. À cette fin, le client prendra contact avec le service après-vente de Livlab (support@hoomsleep.com). Livlab s'engage alors à ses frais, à renvoyer au client un produit en bon état de fonctionnement. En cas de rupture de stock et d'impossibilité de réparer le produit, il sera proposé au client, soit un produit similaire, soit le remboursement du produit initial. Le produit défectueux doit être retourné dans son emballage d'origine, comporter l'ensemble du produit et de ses accessoires. Tout produit incomplet, abîmé, endommagé et/ou dont l'emballage d'origine aura été détérioré, ne sera ni repris ni échangé dans le cadre de la garantie.

Conditions

L'entretien et le lavage du produit textile est la responsabilité de l'utilisateur. Dans le cas de rétrécissement ou de perte des propriétés du tissu lors d'un lavage, la garantie ne sera pas applicable.

CONTACT

Une question, une idée ou
juste l'envie de dire bonjour ?
N'hésitez pas à nous écrire,
nous vous répondrons :

support@hoomsleep.com

HoomBand a sauvé vos nuits ?
Prenez 2 minutes pour partager
votre expérience et nous aider
à l'améliorer :

feedback@hoomsleep.com

English

User guide

- P.20 MANIFESTO
- P.21 ANATOMY
- P.22 SETUP
- P.24 USING HOOMBAND
- P.26 FAQ
- P.28 PRODUCT CARE
- P.28 WARNING
- P.30 WARRANTY & CONDITIONS
- P.31 CONTACT

MANIFESTO

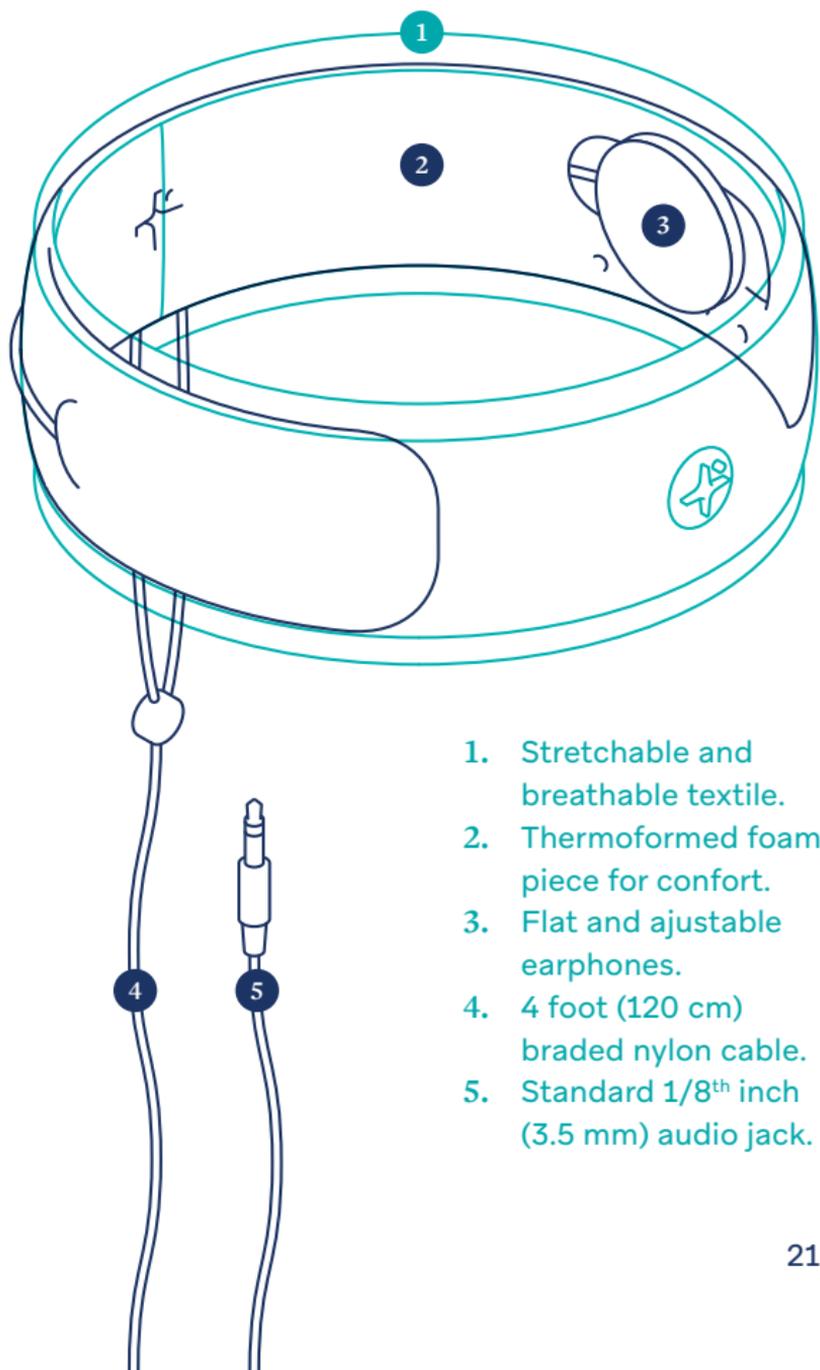
We are Livlab,
a team of insomniacs, designers
and entrepreneurs, whose mission
is to improve your sleep.

To assist us on this journey we surrounded ourselves with the best experts (hypnotherapists, sleep doctors, sophrologists and sound designers) with the aim of creating a quality audio experience offering both variety and immersive content to help you fall asleep.

As current audio devices available on the market are not well suited to sleeping (large headphones, and uncomfortable earbuds), we decided to create HoomBand, the most comfortable textile headphone on the market.

HoomBand is more than just a pair of headphones its your new nightly ritual.

ANATOMY



1. Stretchable and breathable textile.
2. Thermoformed foam piece for comfort.
3. Flat and adjustable earphones.
4. 4 foot (120 cm) braided nylon cable.
5. Standard 1/8th inch (3.5 mm) audio jack.

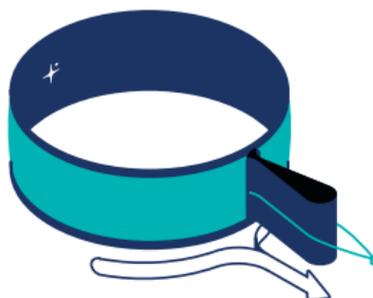


SETUP



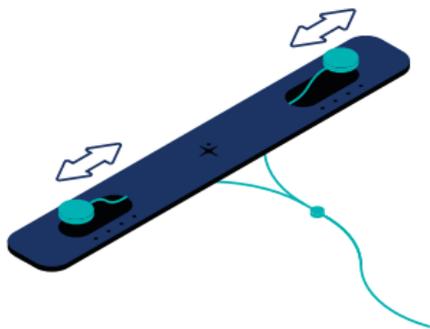
1

Turn the headband inside out to place the inner side facing outwards.



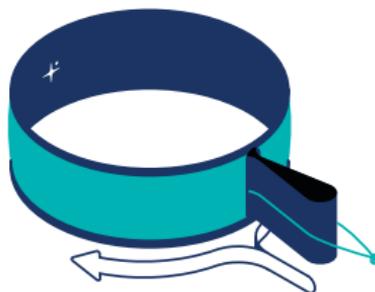
2

Remove the foam via the rear slot.



3

Adjust the position of the earphones according to your ears.



4

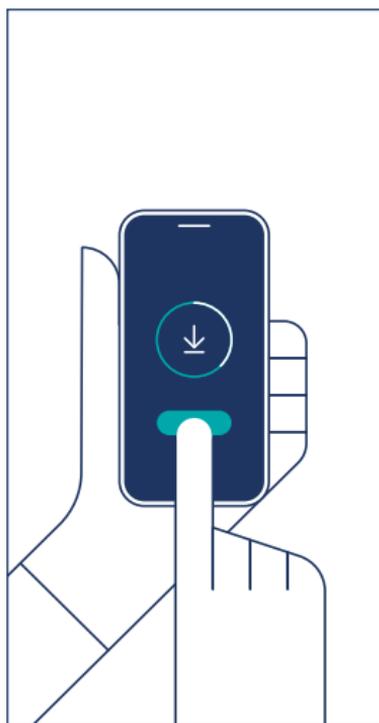
Reinsert the foam into the headband making sure that it is correctly centered.



5

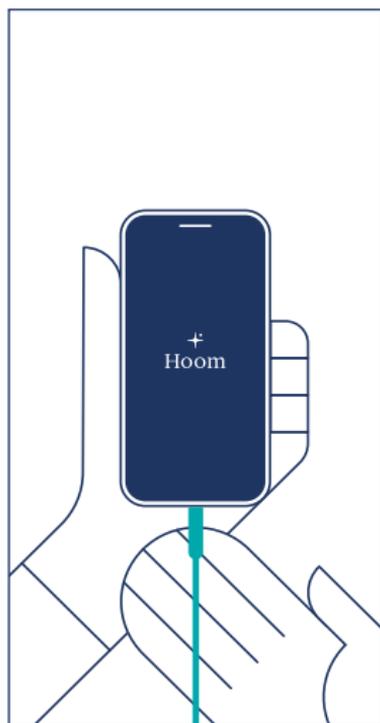
Run the cable through the hole at the back of the headband.

USING HOOMBAND



1

Download the HoomBand app available on the App Store & Google Play.



2

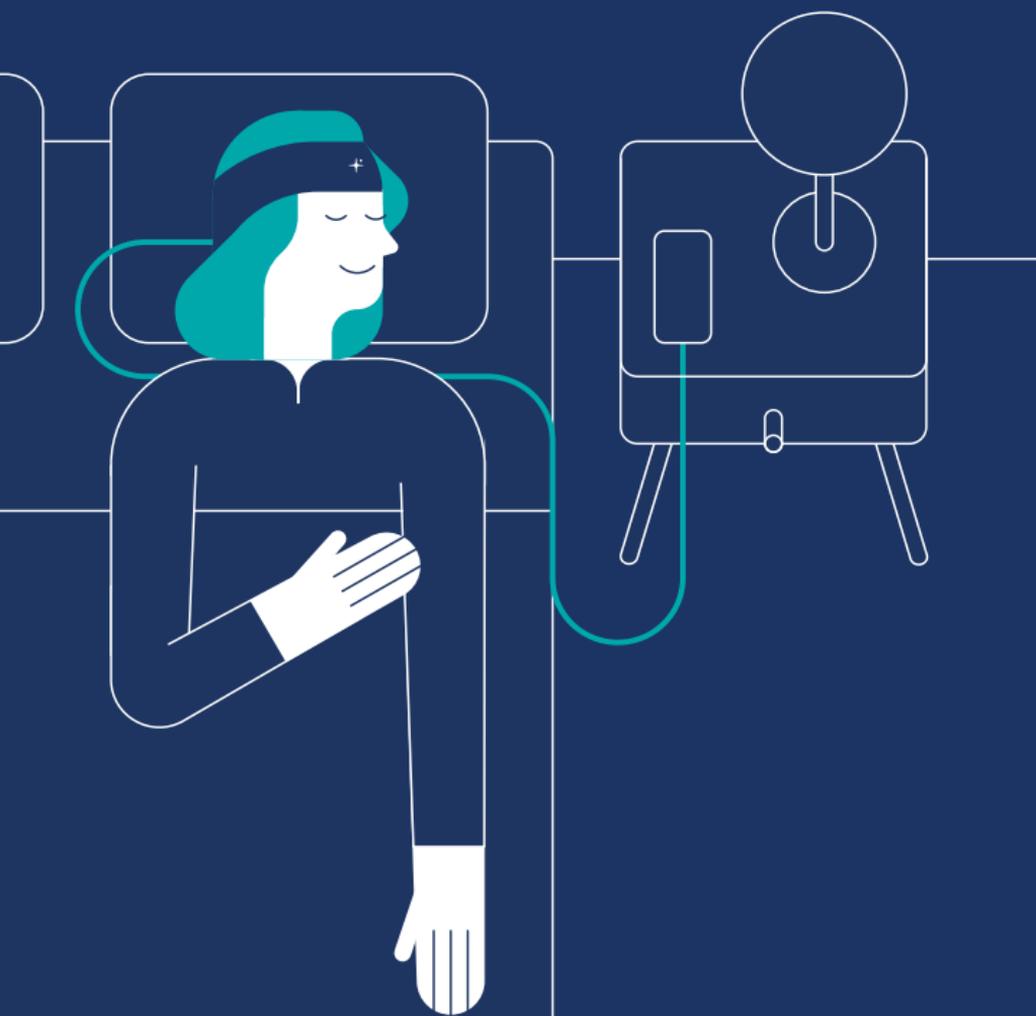
Plug the headband into your smartphone and run the Hoom app.

3

Find yourself a comfortable place and choose the story of your choice.

4

Place your smartphone on your bedside table. You can download the audio files and activate airplane mode as not be disturbed.



FAQ

— Can i wear HoomBand all night ?

Yes, the headband was designed specifically to be worn all night long (comfortable, breathable, etc). You can therefore sleep in whatever position you like.

— How should i set the volume ?

We do not recommend using the highest volume setting, in order to avoid damaging your hearing. The perfect volume is loud enough to hear the audio content correctly, without it being so loud as to wake you up once you are asleep.

— I'm wearing HoomBand but i can still hear things around me, is this normal?

Yes, the earphones are not in-ear and do not fully block your ears like other headphones, this ensures a prolonged confort during the night. It also means that your ears are not blocked in the case of an emergency or a fire alarm.

— Where should I focus my attention?

Part of your attention will automatically be focused on the sounds and hypnotic inductions. It is best to adopt a passive attitude and to let yourself go. This exercise is easy to do and requires almost no mental effort.

— Should I try and stop thinking ?

No, trying to stop your thoughts is counter-productive. Furthermore, your thoughts are not the reason why you can't fall asleep, your reaction to them is. Because they are bothering you, you want to stop them. Since this attempt is doomed to fail, it will only leave you feeling more frustrated...and less likely to fall asleep ! With the help of our stories available on the Hoom app, you will be less caught up in your thoughts that will no longer hold you back from sleeping.

PRODUCT CARE

Before washing, please remove the foam and earphones from inside the headband. Wash the textile by hand in warm water. Once the headband is completely dry, insert the foam and the earphones back into the headband.



WARNING

Please do not use HoomBand or any of the Hoom app content whilst operating a motorized vehicle or whilst in an environment where you are unable to hear outside noises that may endanger your own life or the life of others.

At full volume, prolonged listening of audio content may cause damage to your hearing. Using Hoomband affects your ability to hear sounds from your surrounding environment at any volume. Please use with caution.



Products manufactured after the 1st of January 2006 are not considered as household waste. Please take to a approved electronic equipment recycling facility.



Disclaimer. Not for use for children under 3 years old. The length of the cable presents a risk of strangulation. Small pieces may lead to choking.



Please lower the volume before using to prevent hearing issues. Do not use at a high volume for prolonged periods.

WARRANTY & CONDITIONS

Warranty

The Customer benefits from the warranty against hidden defects during two years. Any return of the product under the above warranty must be with the prior agreement of Livlab. In the event that a manufacturing defect renders the Product unusable, the Customer may contact the Livlab After Sales Service at support@mydodow.com. Livlab undertakes to return free of charge the Product in good working order to the Customer, or a replacement thereof. Should the product be out of stock or impossible to repair, the Customer will be offered a replacement or a refund of the initial Product. Any return of the product under the above warranty must be with the prior agreement of Livlab. The defective product must be returned in its original packaging, with all its parts and together with its accessories. Any product, which is incomplete, damaged and/or the original packaging of which has deteriorated, will not be taken back or exchanged under this warranty.

Conditions

The care and washing of the textile product is the responsibility of the customer. In the case of shrinkage or loss of certain properties of the textile from washing, the warranty will not be valid.

CONTACT

You have an idea, a suggestion,
or you just want to say hello?
Feel free to email us:

support@hoomsleep.com

Has HoomBand saved your
nights? please share your experi-
ence and help us improve it.

feedback@hoomsleep.com



LIVLAB
health outside the box

4 av. du Président Wilson
75008 Paris, France.