Guide

English P.3
Français P.19

HoomBand Wireless

English

P.4 Manifesto

P.5 Setup

P.10 Usage

P.12 Questions

P.14 Product care

P.14 Warning

P.16 Warranty & conditions

P.17 Contact

Manifesto

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

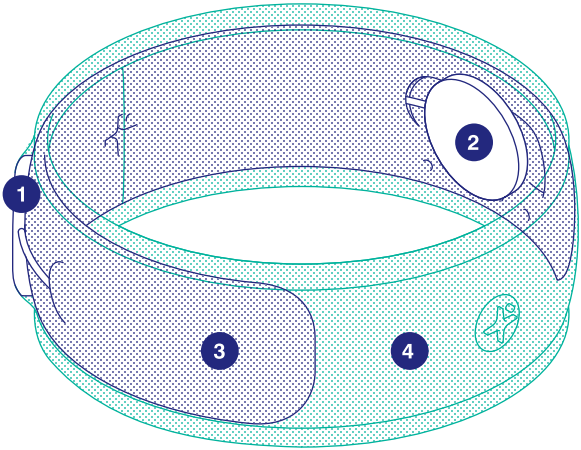
To assist us on this journey we surrounded ourselves with the best experts (hypnotherapists, sleep doctors, sophrologists and sound designers) with the aim of creating a quality audio experience offering both variety and immersive content to help you fall asleep.

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.

Setup

Anatomy



1 Bluetooth ® (2402-2480MHz) and battery block

2 Flat and ajustable earphones
(frequency: 20Hz~20kHz / CE max power output: –1dBm)

3 Thermoformed foam piece for confort

4 Stretchable and breathable textile
(sizes and head circumferences: S 20-22”, ML 22-24”)

Battery charging

1

Open the hook at the back of the headband.

2

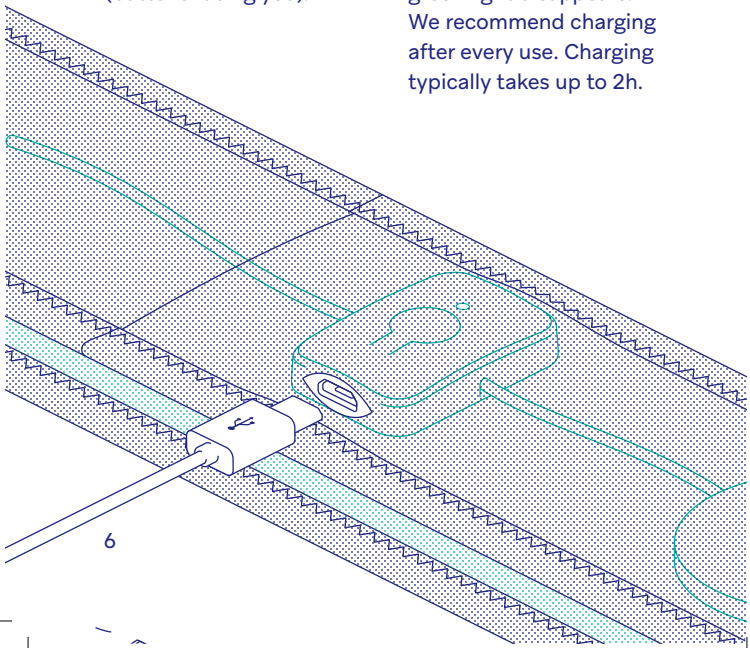
Plug the micro-USB cable (USB symbol facing you) into the micro USB port on the Bluetooth® module (buttons facing you).

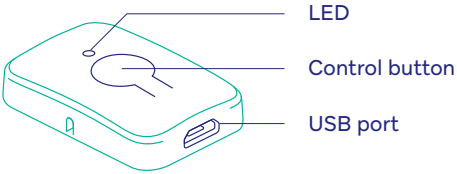
3

Plug the micro-USB cable into the USB port on your computer or any USB wall adapter – a green light will blink during charging.

4

It's fully charged when the green light disappears. We recommend charging after every use. Charging typically takes up to 2h.





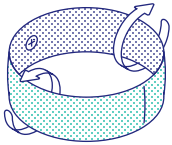
Light signal

● ● ● ●	Hight battery
● ● ● ●	Low battery (20%)
● ● ● ●	Very low battery (5%)
● ● ● ●	Charging
● OFF	Fully charged

Sound signal

Low-battery sound will be turned on once 5 minutes before the product turns off.	• • • Waiting-for-signal sound is repeated until HoomBand is connect-ed to your device

Earphones position

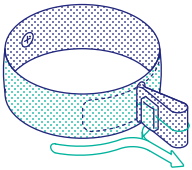


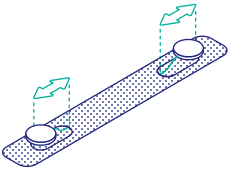
1

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

2

Remove the foam via the rear slot.



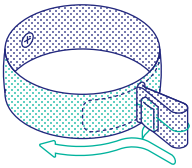


3

Adjust the position of the earphones according to your ears.

4

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



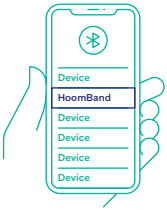
Pairing

1

You must be within 3 feet (1 m) of your device. Find the Bluetooth® module at the back of the headband

2

Hold down the button for 3s until you hear ascending tones through the speakers followed by a double bleeps and a blue light for 5s.



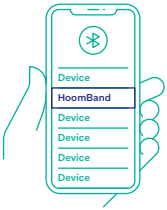
3

On your device, make sure Bluetooth® is turned on. Look for "**HoomBand**" and select to pair. Pairing may take up to 15s.

Usage

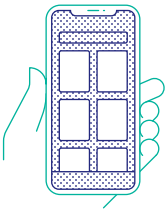
1

Turn on the headband by holding down the button of the Bluetooth® block.



2

HoomBand automatically connects to your device if it has been paired.

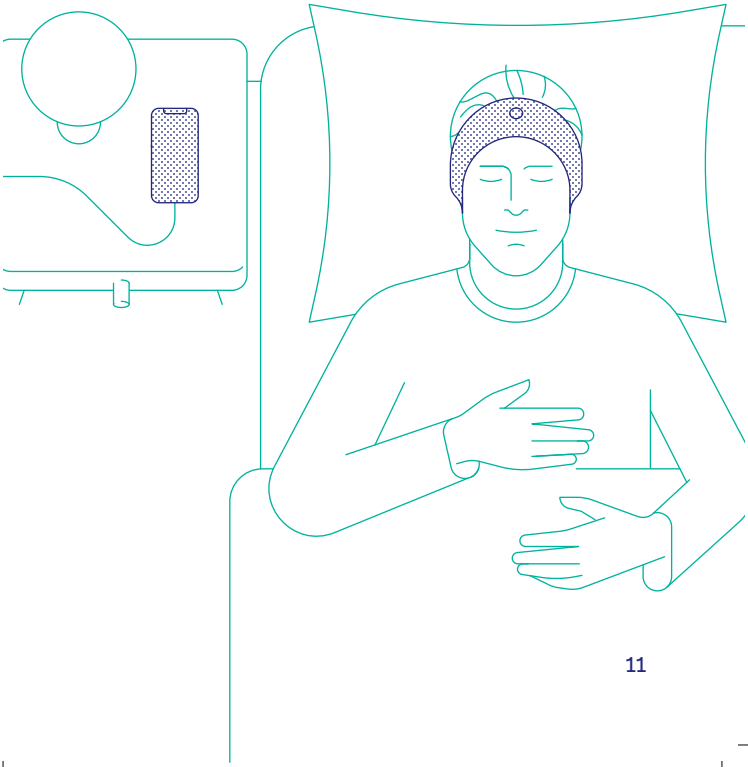


3

Open the HoomBand app downloaded from the App Store or Google Play.

4

Find yourself a comfortable place, choose the story of your choice and place your smartphone on your bedside table. You can download the audio files and activate airplane mode to stay disconnected.



Questions

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 HoomBand app, you will be lest caught up in your thoughts that will no longer hold you back from sleeping.

Not sure if fully charged?

While charging, if the green light is blinking, the module is not fully charged. If there is NO light on at all while charging, the Bluetooth® module is fully charged.

Product care

Washing

(1) Before washing, remove the foam, the earphones and the Bluetooth® block from inside the headband. (2) Wash the textile by hand in warm water. (3) Once the headband is completely dry, insert the foam and the earphones back into the headband.

Battery

Autonomy of 12h. Be sure to recharge your product every two nights. No worries, without music, the product automatically goes to sleep.

Warning

Do not use HoomBand or any of the HoomBand app content whilst operating a motorized vehicle or whilst in an enviroment 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 enviroment 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 equipement recycling facility.

Disclaimer. Not for use for children under 3 years old. The length of the cable presents a risk of strangluation. 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.

FCC Caution

Any changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment. This device 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.

IMPORTANT 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: (1) Reorient or relocate the receiving antenna. (2) Increase the separation between the equipment and receiver. (3) Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected. (4) Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

FCC Radiation Exposure Statement

The device has been evaluated to meet general RF exposure equirement. The device can be used in portable exposure condition without restriction.

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 experience and
help us improve it.

feedback@hoomsleep.com

Français

P.20 Manifeste

P.21 Réglages

P.26 Utilisation

P.28 Questions

P.30 Entretien

P.31 Avertissement

P.32 Garantie & conditions

P.33 Contact

Manifeste

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

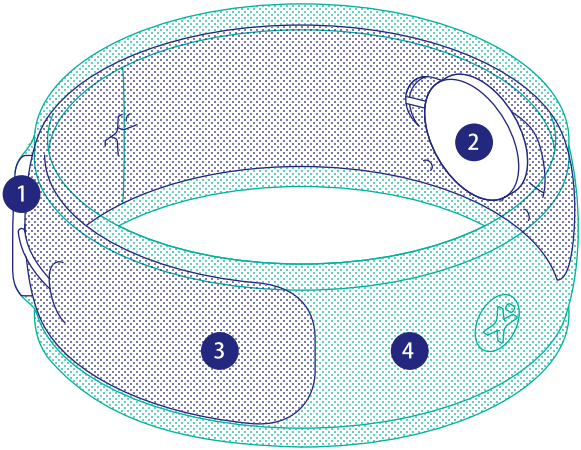
Nous nous sommes entourés des meilleurs spécialistes – hypnothérapeutes, psychothérapeutes, médecins du sommeil, sophrologues, écrivains, sound designers et musiciens – dans le but de créer un contenu audio qualitatif, varié et immersif pour vous aider à vous endormir.

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 Bluetooth®, un bandeau sonore textile sans fil adapté au sommeil.

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

Réglages

Anatomie



1 Module Bluetooth ®(2402-2480MHz) et batterie

2 Écouteurs plats repositionnables (fréquence : 20Hz ~ 20kHz /puissance CE maximale de sortie : –1dBm)

3 Mousse de confort thermoformée

4 Textile souple et respirant
(tailles et tours de tête : S 52-56 cm, ML 56-62 cm)

Chargement de la batterie

1

Ouvrez la fente située à l'arrière du bandeau.

2

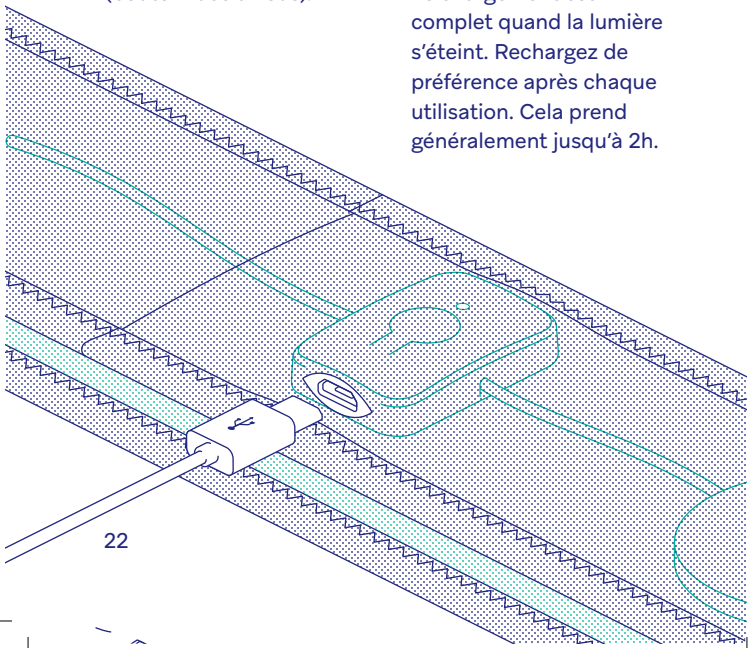
Branchez le câble micro-USB (symbole face à vous) au port micro-USB du module Bluetooth® (bouton face à vous).

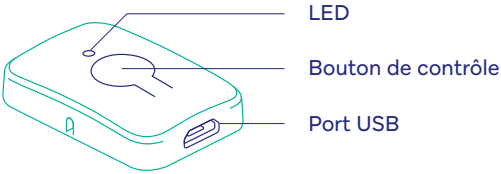
3

Branchez le câble micro-USB au port USB de votre ordinateur ou d'un adaptateur – une lumière verte clignotera durant le chargement.

4

Le chargement est complet quand la lumière s'éteint. Rechargez de préférence après chaque utilisation. Cela prend généralement jusqu'à 2h.





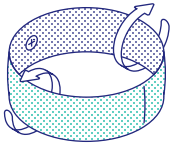
Signal lumineux

● ● ● ●	Batterie pleine
● ● ● ●	Batterie faible (20%)
● ● ● ●	Batterie très faible (5%)
● ● ● ●	Recharge en cours
● OFF	Recharge complète

Signal sonore

Le signal de faible batterie se lance 5 min avant que le produit ne s'éteigne.	• • • Le signal d'attente dure jusqu'à ce que HoomBand se connecte à votre appareil.

Repositionnement des écouteurs

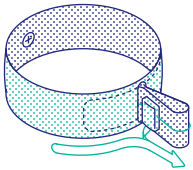


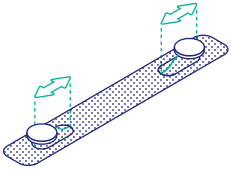
1

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

2

Retirez la mousse et ses écouteurs par la fente arrière du bandeau.



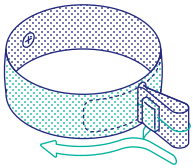


3

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.



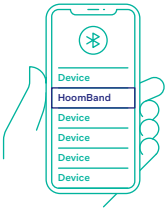
Jumelage avec le téléphone

1

Vous devez être à moins d'un mètre de votre appareil. Trouvez le boîtier Bluetooth® situé à l'arrière du bandeau.

2

Appuyez sur le bouton 3s jusqu'à ce que vous entendiez des notes ascendantes suivi d'un double bip et d'une lumière bleue,



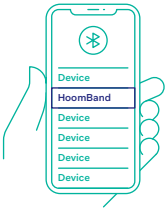
3

Assurez-vous que le Bluetooth® de votre appareil est activé. Sélectionnez « **HoomBand** ». Le jumelage peut prendre jusqu'à 15s.

Utilisation

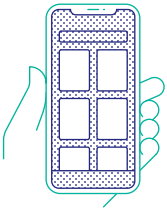
1

Allumez votre bandeau avec un appui long sur le bouton du boitier Bluetooth®



2

HoomBand se connectera automatiquement à votre appareil s'il a été jumelé.

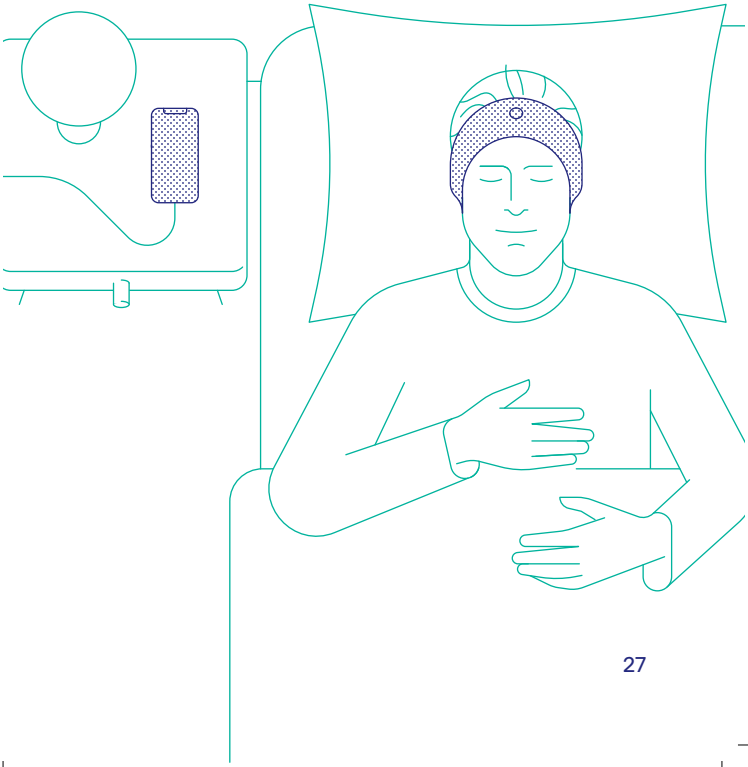


3

Ouvrez l'application Hoom-Band téléchargée depuis l'App Store ou Google Play.

4

Installez-vous confortablement, lancez la piste audio de votre choix et laissez votre appareil sur la table de nuit. Vous pouvez télécharger les sessions et activer le mode avion pour rester déconnecté.



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.

Dois-je éteindre HoomBand pendant la nuit ?

Si l'histoire est fini et qu'aucun son n'est joué, votre bandeau se mettra en veille automatiquement pour économiser de la batterie. Nous vous conseillons néanmoins de le recharger toutes les 2 nuits d'utilisation et Apres une longue période d'inutilité.

Quel volume dois-je paramétrer ?

Nous déconseillons de mettre le volume au maximum pour ne pas risquer de détériorer vos capacitées 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 HoomBand, vous serez beaucoup moins réactif à vos pensées qui ne seront plus un obstacle au sommeil.

Entretien

Lavage

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

Batterie

Autonomie 12h. Veillez à recharger votre produit toutes les deux nuits. Sans musique, le produit se met automatiquement en veille.

Avertissement

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.

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

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

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 tissus lors d'un lavage, la garantie ne sera pas applicable. Dans le cas ou les écouteurs et le module Bluetooth® auront pris l'eau, la garantie ne sera pas applicable.

Contact

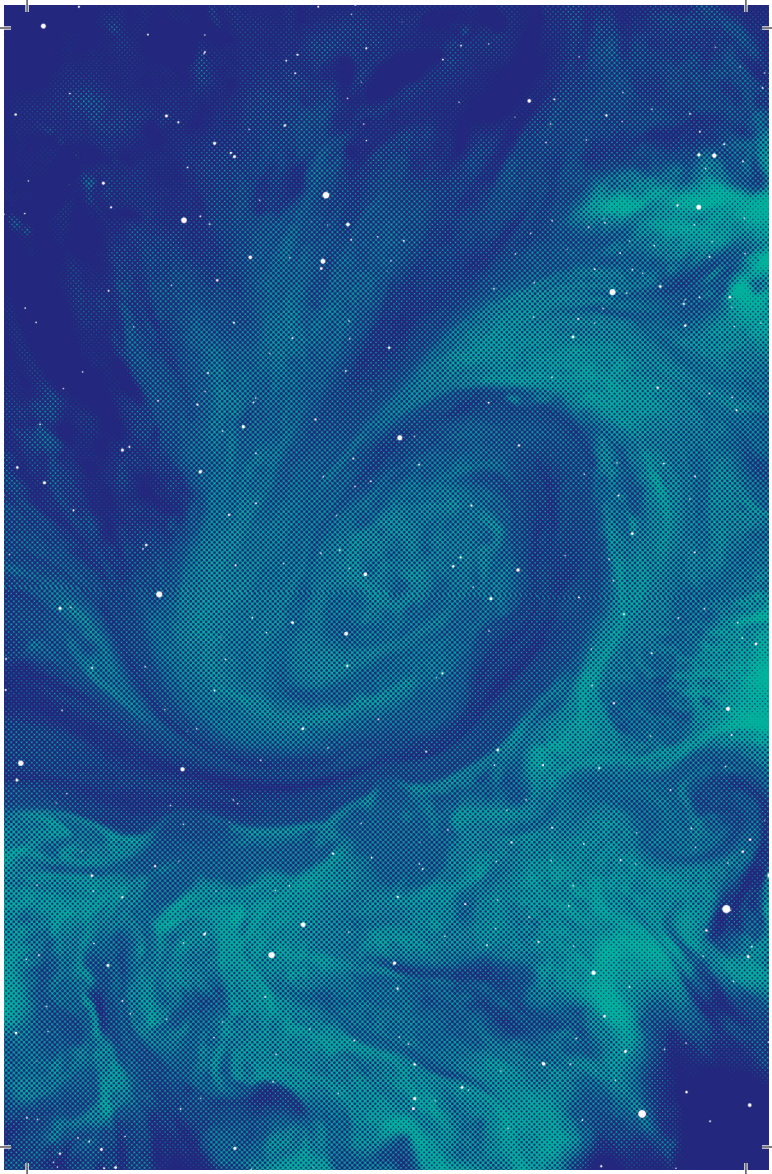
Une question, une idée ou juste l'envie de dire bonjour ? N'hésitez pas à nous écrire, nous vous répondrons :

support@hoomsleep.com

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

feedback@hoomsleep.com

Bonne nuit



Hoom

LIVLAB
4 av. du Président Wilson
75008 Paris, France.

FCC ID: 2AW35LVLHBBT2020
can be found on HoomBand fabric label