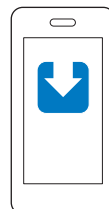


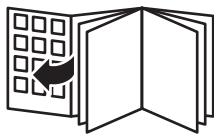
PHILIPS

HF3670, HF3671,
HF3672

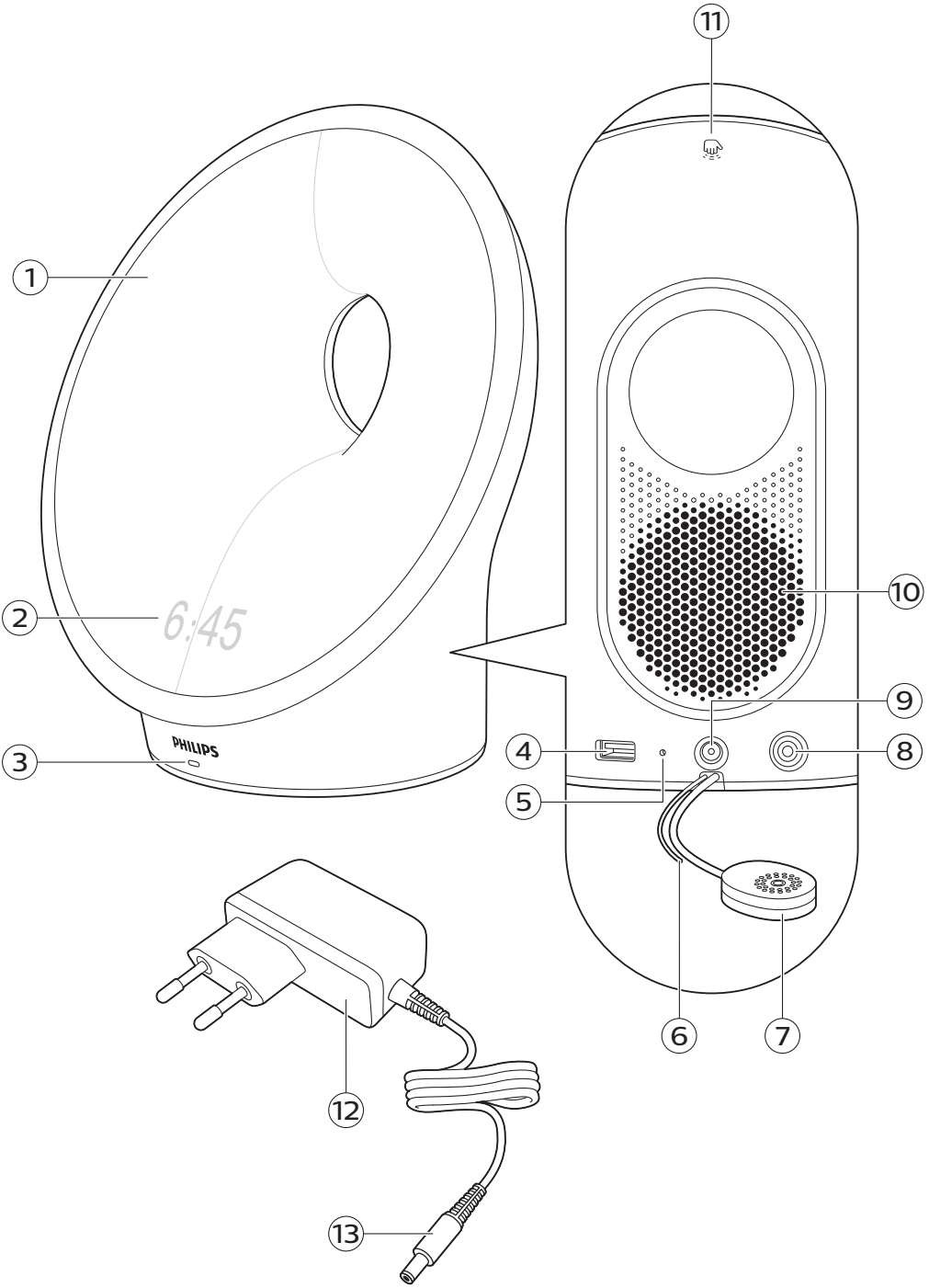


Philips SleepMapper app





1



English 6
Dansk 27
Deutsch 49
Español 72
Français 94
Italiano 117
Nederlands 140
Norsk 163
Português 185
Suomi 207
Svenska 228

Contents

Introduction	7
General description	7
Intended use	7
The effects of the Sleep & Wake-Up Light	7
Important safety information	8
Safety and compliance	9
Electromagnetic fields (EMF)	10
Interactive menu icons	10
Connecting your appliance to Wi-Fi	10
Navigating the menu	12
Setting wake-up profiles	12
Time + alarm back-up	14
Snoozing	14
Dismissing the alarm	14
Using the appliance as a bedside lamp	14
Midnight Light	15
Settings	15
Listening to music	17
Wind-down programs	17
Sunset simulation	18
RelaxBreathe	18
Bedtime function	20
Charging your mobile phone	20
Cleaning and storage	20
Recycling	20
Warranty and support	21
Troubleshooting	21
Specifications	24
Open-source and third-party software	26

Introduction

Congratulations on your purchase and welcome to Philips! To fully benefit from the support that Philips offers, register your product at www.philips.com/welcome.

The Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Light helps you wake up more pleasantly. The light gently prepares your body for waking up at the set time and can be accompanied by natural wake-up sounds or FM radio.

The light-guided breathing function, personalized sun settings, bedroom environment tracking and several other features make this connected Sleep & Wake-Up Light the perfect companion for your bedroom.

Tip: Using the Philips SleepMapper app will enable extra features. These features are explained in the app.

If the appliance is updated through connecting it to Wi-Fi with the app, the information in this document may not be up to date. Find the latest user manual on www.philips.com/support by searching for the type number of your appliance.

General description

The numbered items in this list refer to the numbered items in the overview illustration.

- 1 Lamp housing
- 2 Display
- 3 Sound pressure sensor
- 4 USB charging port
- 5 Reset button
- 6 Radio antenna
- 7 AmbiTrack sensor: Humidity and temperature sensor
- 8 Auxiliary (AUX) socket
- 9 Adapter DC socket
- 10 Speaker
- 11 Snooze/Midnight Light
- 12 Adapter
- 13 Small plug

Intended use

The Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Light is intended to give you a more natural and refreshed wake-up and a relaxed feeling before falling asleep.

This is not a general illumination product.

The effects of the Sleep & Wake-Up Light

The Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Light gently prepares your body for waking up during the last 30 minutes of sleep. In the early morning hours our eyes are more sensitive to light than when we are awake. During that

period the relatively low light levels of a simulated natural sunrise prepare our body for waking up and getting alert.

People who use the appliance wake up more easily, have a better overall mood in the morning and feel more energetic. Because the sensitivity to light differs per person, you can set the light intensity of your appliance to a level that matches your light sensitivity for an optimal start of the day.

To fully experience the effects of the connected Sleep & Wake-Up Light, place the appliance at approximately 16 in. – 20 in. / 40 cm – 50 cm from your head, on a flat stable surface of your bedside table.

For more information about the connected Sleep & Wake-Up Light, see www.philips.com.

Important safety information

Read this important information carefully before you use the appliance and save it for future reference.

Danger



- Water and electricity are a dangerous combination. Do not use this appliance in wet surroundings (e.g. in the bathroom or near a shower or swimming pool).
- Keep the adapter dry.
- This appliance is for indoor use only.
- Do not let water run into the appliance or spill water onto the appliance.
- Do not immerse the appliance in water or rinse under the tap.
- Do not place anything close to the appliance that could cause water or any other liquid to drip or splash onto the appliance.
- The adapter contains a transformer, which converts an unsafe 100 V – 240 V AC mains voltage to a safe 24 V DC low voltage. Do not cut off the adapter to replace it with another plug, as this causes a hazardous situation.

Warning

- Never use the appliance if the lamp housing is damaged, broken or missing.
- If the adapter, cord or appliance has been damaged in any way, liquid has spilled or objects have fallen into and/or onto the appliance, the appliance has been exposed to rain or moisture, does not operate normally or has been dropped or damaged, it should not be operated.
- If you feel uncomfortable at any point while using RelaxBreathe in the breathing exercise, just go back to breathing normally.
- Only use the appliance in combination with the adapter supplied.
- If the adapter is damaged, always have it replaced with one of the original type in order to avoid a hazard.
- This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.

- Consult your doctor before you start using the appliance if you have suffered from or are suffering from depression.
- Do not use this appliance as a means to reduce your hours of sleep. The purpose of this appliance is to help you wake up more easily. It does not diminish your need for sleep.

Caution

- Check if the voltage indicated on the appliance corresponds to the local voltage before you connect the appliance.
- Protect the power cord from being walked on or pinched, particularly at plugs, wall sockets and points where it exits from the lamp.
- Do not use the adapter in or near wall sockets that contain an electric air freshener to prevent irreparable damage to the adapter.
- Do not drop the appliance on the floor, hit it hard or expose it to other heavy shocks.
- Place the appliance on a stable, level and non-slippery surface.
- Do not impair the cooling of the appliance by covering the appliance with items such as blankets, curtains, clothes, papers, etc.
- Do not use the appliance at room temperatures lower than 5 °C or higher than 35 °C.
- The appliance has no on/off switch. To disconnect the appliance, remove the adapter from the socket-outlet. The adapter and socket-outlet shall remain easily accessible at all times.
- This appliance is only intended for household use, including similar use for instance in hotels.
- No naked flame sources, such as lighted candles, should be placed on the appliance.
- The LEDs inside this Wake-Up Light are not replaceable, when they reach their end of life the whole Wake-Up Light shall be replaced.

General

- If you often wake up too early or with a headache, reduce the set light intensity level and/or the set sunrise simulation time.
- If you often wake up by the alarm sound, increase the set light intensity level or the set sunrise simulation time.
- If you share a bedroom with someone else, this person may unintentionally wake up from the light of the appliance, even though this person is further removed from the appliance. This phenomenon is the result of differences in light sensitivity between people.
- The power consumption of the appliance is lowest if no device is connected to the USB port and the lamp, radio, display and Wi-Fi are turned off.

Safety and compliance

This appliance meets the safety requirements in the EU for:


































- IEC 60598: Luminaires.
- IEC 62471: Photobiological safety of lamps and lamp systems.

- IEC 62368: Audio/video, information and communication technology equipment.

Electromagnetic fields (EMF)

This Philips appliance complies with all applicable standards and regulations regarding exposure to electromagnetic fields.

Interactive menu icons

 Wake-up profile/Alarm	 Light intensity and light on/off	 Return to higher level in the menu
 Settings	 Sounds	 Confirm and save setting
 Wind-down program	 AUX socket	 Radio
 Enable Wi-Fi	 Disable Wi-Fi	 Change alarm settings
 Display settings and display brightness	 Select natural sound	 Dismiss alarm
 Enable display timeout	 Disable display timeout	 Deactivate alarm
 Enable audio feedback	 Disable audio feedback	 Light or sound guidance
 Sunset simulation	 Duration of the wake-up profile	 Delete wake-up profile
 Days of the week	 RelaxBreathe	 RelaxBreathe pace
 Select day of the week	 Deselect day of the week	 Duration of a program
 Start bedtime	 Start program	 Stop program

Connecting your appliance to Wi-Fi

If the appliance is updated through connecting it to Wi-Fi with the app, the information in this document may not be up to date. Find the latest user manual on www.philips.com/support. Philips reserves the right to update the firmware of the appliance.





Easy Wi-Fi setup



Download the Philips SleepMapper app from Google Play or the App Store on your mobile phone. See the information in Google Play or the App Store to check if your mobile phone is compatible with the app. You can easily set up the Wi-Fi connection to your connected Sleep & Wake-Up Light.

The setup to install your Sleep & Wake-Up Light and connect to your home Wi-Fi network only needs to be done once. This setup will take approximately 5-10 minutes.

Setup wizard of the connected Sleep & Wake-Up Light

- 1 When you use your connected Sleep & Wake-Up Light for the first time, a setup wizard starts on the appliance.
 - 2 After selecting your language on the display of the appliance, continue in the app. Make sure that you have the app open on your mobile phone.
 - 3 Follow the instructions in the app to connect your appliance to the Wi-Fi network. If you have trouble connecting your appliance, check the support section in the app or the items mentioned in the troubleshooting section in this user manual (see 'Troubleshooting').
- If you previously chose to set up your appliance without the app, but now want to connect your appliance to the app, press the Wi-Fi icon  in the settings menu of your appliance. The access point mode icon  will be shown on the display. Open the app on your mobile phone to connect.
 - If you have changed your Wi-Fi home network or changed your password, press and hold the Wi-Fi icon  in the settings menu of your appliance for 8 seconds. The access point mode icon  will be shown on the display. Open the app on your mobile phone to connect.

The Wi-Fi connection issue icon might appear on the display if a connection cannot be established. Check the troubleshooting section to solve the problem.

Note: The app on your mobile phone and your connected Sleep & Wake-Up Light can ONLY communicate with each other when both appliances are connected to the same home Wi-Fi network. If this is not the case, you cannot remotely control the appliance through the app (e.g. set an alarm).

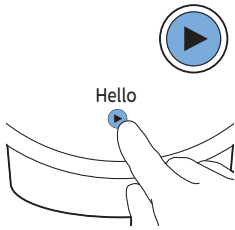


AmbiTrack sensors

The connected Sleep & Wake-Up Light collects input from its surroundings through the AmbiTrack sensors. AmbiTrack sensors measure light, humidity, temperature and sound pressure. These factors can influence your sleep. Only in the app you can see information on the recommended values for ideal sleep conditions. The measurements of the sensors can be influenced by the surroundings of the appliance. For example, if you place the appliance next to a window or near a heating source such as a radiator, the temperature and humidity sensors might not represent the temperature / humidity of the entire room.

Setting up your appliance without the app

You can set up the Sleep & Wake-Up Light without the app. Before you can use the appliance, a setup wizard on the appliance needs to be completed first. You can connect the appliance to the app later.



We strongly recommend you to set up your appliance with the SleepMapper app in order to enjoy all functionalities the app offers.

- 1 Start the setup wizard by tapping on the start icon on the display of the appliance.
- 2 You will be guided through the setup wizard on the appliance, where you set the desired settings, a wake-up profile and a winddown program.

Note: The wake-up profile and the wind-down program can be set later. Skip these settings by tapping the arrow repeatedly. However, we advise you to set your wake-up profile and your wind-down program during this setup. This can help you explore the different functions of the appliance.

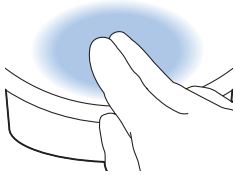
Navigating the menu

If you have set up your appliance with the help of the SleepMapper app or through the setup wizard (see 'Setting up your appliance without the app') on the appliance, you will see the menu as described in the following sections.

On the display of the appliance you can select and set the wake-up profile, bedside lamp, settings, sound (source) or the wind-down program.



Note: If the display is blank, move your hand towards the lower part of appliance to show the display menu. You will see the menu icons.



Confirming and saving settings

All your personalized settings and profiles will be permanently stored in the memory. You can change them at any time. Press the check mark icon to confirm and save the desired profile or setting change in any menu.



Note: Your personalized settings and profiles will not be lost, if you remove the adapter from the electrical outlet.

Setting wake-up profiles



In your wake-up profile on the appliance you can set the alarm time, the maximum light intensity and type of wake-up sound you prefer. In total you can set two different wake-up profiles in the menu of the appliance. With the SleepMapper app, you can set more wake-up profiles.

Note: The main display of the appliance shows the set alarm time if an alarm is active.

Note: Press and hold the alarm icon in the main menu to deactivate all set alarms at once.



1 You can toggle between different wake-up profiles on the appliance by using the arrow icons (← →).

2 To deactivate the alarm, press the deactivate alarm icon (🔕).



3 Press the alarm settings icon (⚙️) to enter the alarm profile set-up menu.

Alarm time and day

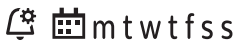


In this menu you can change the time by pressing + or -. The alarm will be automatically repeated every day.



You can select on which day of the week the alarm should go off.

1 Press the calendar icon (📅).



2 The days of the week are indicated by the first letter of the day. When an alarm is active, the letter is shown brightly. You can toggle between the days of the week by using the arrow icons.



3 To deactivate the alarm for a certain day, press this icon (○). When a specific day is inactive, the letter of that day is only dimly visible.

Light intensity of the wake-up profile



The lamp of the appliance simulates a sunrise. Like a sunrise, the brightness of the lamp increases gradually. During this wake-up curve, the color of the light changes from soft red to warm orange to bright yellow.



Press icon (☀️) on the display to choose one of the 25 light intensity levels.



Duration of the wake-up profile





The default duration of the wake-up curve (brightness increase to the set maximum light intensity) is 30 minutes. The duration can be changed to your preference by pressing the icon on the appliance.

Type of sound



Press this icon to open the sounds menu to set the sound of the wake-up profile.



- 1 Press the toggle icon  to choose one of the three sounds options: natural sounds, radio or no sound.
- 2 Press the natural sounds icon  to select one of the natural sounds or press the radio icon  to select one of the radio presets.
- 3 You can set the volume with the loudspeaker icon .

Remove a wake-up profile



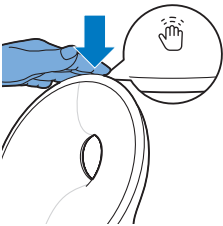
Press this icon  to change the alarm. To remove a wake-up profile, press .

Time + alarm back-up

In the event of a power failure, all functions of the appliance, including the display, do not work. However, the internal clock and a back-up alarm remain active for at least 8 more hours.

If during the power failure the set alarm time is due, a back-up alarm goes off generating a beeping sound for approximately 1 minute.

Snoozing



When the wake-up curve has ended (when the set maximum light intensity has been reached) and the alarm sound is playing, you can tap the top of the appliance to snooze.

The lamp stays on, but the sound is muted. The snooze duration can be adjusted in the app. The default snooze duration is 9 minutes. After 9 minutes, the alarm sound starts playing again.

Note: The light and sound automatically turn off 60 minutes after the alarm has gone off or 60 minutes after the last snooze action.

Dismissing the alarm



When the wake-up curve is active or the alarm goes off, you can dismiss it by pressing this icon on the appliance. If you dismiss it, this alarm profile is deactivated for that day.

Using the appliance as a bedside lamp



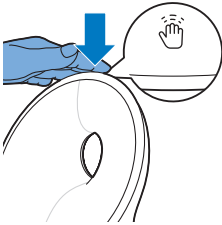
You can use the connected Sleep & Wake-Up Light as a bedside lamp.

Press the bedside lamp icon  on the display to switch on the bedside lamp.

Note: You can increase and decrease the brightness intensity. You can select a brightness between 1 (low) and 25 (high). The default brightness setting is 20.

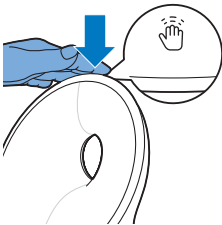


To switch off the light, press the cross icon in the menu.



Tip: When the light is on, you can also turn off the light with a single tap on the top of the appliance. All active programs will stop. Set alarms remain active.

Midnight Light



If you wake up during the night, you can tap the top of the appliance to activate a dim light. This dim, subtle orange light provides you with just enough light to find your way in the dark. Switch off the Midnight Light by tapping the top of the appliance again.

Note: The Midnight Light cannot be activated directly when the main light is already on. In that case, first tap the top of the appliance to deactivate the main light. Then tap again to activate the Midnight Light.

Settings



Press the settings icon to open the settings menu.

Note: Press and hold the settings icon for 8 seconds to open a new menu, in which you can select VERSION (firmware version of the appliance) or DEMO mode (accelerated wake-up curve).



In the settings menu, you can adjust the clock time (when Wi-Fi is disabled), the audio feedback, the display brightness of the appliance and enable/disable Wi-Fi.

Time



Press this icon to open the time menu.




In this menu you can change the time by pressing + or -.


Press the time notation icon to toggle between the 12-hour clock and 24-hour clock.

Note: This option is not available when the appliance is connected to Wi-Fi.

Wi-Fi



Turn Wi-Fi on or off by pressing on the Wi-Fi icon. When Wi-Fi is disabled , any update made in the app will not be implemented until the Wi-Fi connection is restored.


Note: Press and hold the Wi-Fi icon  for approximately 8 seconds to return to access point mode. Open access point mode when you want to connect your appliance to a different Wi-Fi network or if you have changed your Wi-Fi password.



If you accidentally activated access point mode, press the Wi-Fi icon in the Wi-Fi menu twice to activate Wi-Fi again. Your connected Sleep & Wake-Up Light remembers the network you were connected to.

Audio feedback



If you do not want to hear clicks when you press an icon, press the audio feedback icon to turn off the audio feedback. You hear one click as a confirmation. To reactivate the audio feedback, press this icon .

Display settings



Press the display settings icon in the settings menu to set the display settings.



In this menu you can adjust the display brightness level and select the display timeout option.

Display brightness

You can adjust the display brightness from level 1 to level 6 with the plus and minus icons. Choose a level that is optimal for you to see the display at night. The appliance automatically adjusts the display brightness when the ambient light in your bedroom changes.

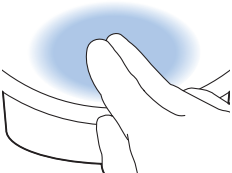
Display timeout

If you do not want the appliance to produce any light, not even from the time indication, press the display timeout icon to turn off the display completely. The display turns off gradually a few seconds after your last interaction with the icons.

Normally, if you do not touch the display for some time in any menu, the display reverts to time and status indication only. When the display timeout is activated, no time indication is shown.

Press the disable display timeout icon to turn on the display again.

Tip: If you want to check the time or select a function while the display timeout is activated, just place your hand near the display to turn it on for a few seconds.



Listening to music



Press the sounds icon to select the preferred sound source.

Tip: Press and hold the sounds icon to activate/deactivate the sound via the menu.



In the sounds menu, you can select radio or play your own music by connecting a music playing device to the AUX socket.

Tip: When the radio or music is on, you can turn off the sound with a single tap on top of the appliance. All active programs will stop. Set alarms remain active.


Listening to radio





You can listen to the FM radio with the Sleep & Wake-Up Light. If you selected the radio function in the sounds menu, it shows the selected radio station. You can manually change the radio station by selecting the FM frequency of another radio station.

Tip: Make sure to unwind the antenna fully and move it around until you receive the best reception.



You can preset 5 radio stations. Use the FM frequency setting icon  to select a radio station. Press and hold the double arrow button to automatically search for the next radio station.

After setting a radio station, you can easily add another preset radio station by selecting the toggle icon . With this process, you can preset 5 radio stations.

Set the preferred volume with the loudspeaker icon .

Music via Auxiliary (AUX) socket



You can use the connected Sleep & Wake-Up Light as a speaker for music by connecting a music playing device (for instance your mobile phone) to the AUX socket.

If the sound is not loud enough when you have set the volume on the appliance to maximum, increase the volume on your music playing device.

If the sound is too loud or distorted when you have set the volume on the appliance to low, decrease the volume on your music playing device.

Note: You need an AUX cable to connect the connected Sleep & Wake-Up Light to a music playing device.

Note: You cannot wake up to music from a device connected to the AUX socket.

Wind-down programs



Press the wind-down program icon to choose the desired wind-down program.



The appliance features two wind-down programs to help you relax before you fall asleep: sunset simulation and RelaxBreathe.

You can deactivate the active wind-down program by tapping the top of the appliance.

You can also activate or deactivate the bedtime function in this menu.

Sunset simulation




During the sunset simulation, the brightness of the light decreases gradually with colors changing from bright yellow to warm orange to soft red.



Press the sunset simulation icon to enter the sunset simulation set-up menu.



Press play to start the sunset simulation. Press stop  or tap on the top of the appliance to stop the program.



Use this icon to set the duration of the sunset simulation. You can select a duration of 5, 10, 15, 20, 30 or 45 minutes.





You can change the light intensity of the sunset simulation with the light icon.




Press the sounds icon to set a sound that fades away during the sunset simulation.



Press the toggle icon  to choose one of the three sound options: natural sounds, radio or no sound. You can also play your own music by connecting a music playing device to the AUX socket.

Press the natural sounds icon  to select one of the natural sounds.

You can set the initial volume with the loudspeaker icon .

RelaxBreathe




RelaxBreathe uses the belly breathing technique as a basis for the breathing program. You can choose one of the breathing programs, guided by light or sound. The combination of the belly breathing exercise and the guidance of the connected Sleep & Wake-Up Light helps you slow down and feel relaxed.

Press the RelaxBreathe icon to enter the RelaxBreathe set-up menu.





Press play to start the RelaxBreathe session. Press stop  or tap on the top of the appliance to stop RelaxBreathe.



Press this icon to set the duration of the relaxation program. You can select a duration of 5, 10 or 15 minutes.



You can select one of seven relaxation programs with preset breathing pace. Each relaxation program has a different breathing pace. The program '4 breaths' is preset to 4 breaths per minute. Program '5 breaths' is preset to 5 breaths per minute. Each next program has one additional breath per minute. The last program (10 breaths) is preset to 10 breaths per minute.



You can select light or sound to guide you during the selected relaxation program. Follow the light or sound when you inhale and exhale.

- For guidance with light, inhale when the light intensity increases. In between the two subtle light flashes, hold your breath. Exhale slowly when the light intensity decreases.
- For guidance with sound, inhale when the intensity of the sound of the waves increases. When the intensity of the sound pauses, hold your breath. Slowly exhale when the intensity of the sound of the waves decreases.

Follow your preferred pace with the help of light or sound for a more relaxed feeling. You can even do this with your eyes closed.

Note: You can find an instruction video of RelaxBreathe in the app and on the Philips website.

Belly breathing for relaxation

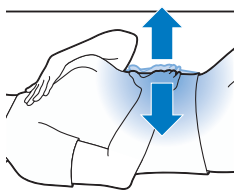
Belly breathing is the most recognized breathing exercise technique to help people relax. When you breathe from your belly, your diaphragm pulls down automatically. This pulls down your lungs and allows you to inhale fully and deeply.

Caution: If you feel uncomfortable at any point during this breathing exercise, just go back to breathing normally.

How to do belly breathing

- 1 Lie down comfortably on your back.
- 2 Inhale through your nose, exhale through your nose or mouth.





- 3 Place one hand on your stomach and your other hand on your chest. You should see your hand on your stomach move up with each inhale and move down with each exhale. The hand on your chest should only move slightly.
- 4 Your breath should only come from your belly. Try to make your exhale longer than your inhale as this will quickly make you feel more relaxed.

Note: The RelaxBreathe function of the appliance can guide you during belly breathing.

Bedtime function



You can track your time in bed by long-pressing the top of the appliance for approximately 2 seconds before going to sleep to activate the bedtime function. Or activate bedtime in the wind-down menu. You can also start the bedtime function by pressing 'start tracking' in the SleepMapper app.



A moon icon will appear on the display of the appliance to let you know bedtime tracking has started. You can find more information about the bedtime function in the app.

Charging your mobile phone

You can use the USB port (see 'General description') to charge your mobile phone.

Cleaning and storage

- Clean the appliance with a soft, dry cloth.
- Do not use abrasive cleaning agents, pads or cleaning solvents like alcohol, acetone, etc., as this may damage the surface of the appliance.
- If you are not going to use the appliance for an extended period of time, remove the adapter from the wall outlet and store the appliance in a safe, dry location where it will not be crushed, banged, or subject to damage.
- Do not wrap the cord around the appliance when storing it.

Recycling



- This symbol means that this product shall not be disposed of with normal household waste (2012/19/EU).
- Follow your country's rules for the separate collection of electrical and electronic products. Correct disposal helps prevent negative consequences for the environment and human health.

Warranty and support

If you need information or support, please visit www.philips.com/support or go to your Philips dealer. You can also contact the Philips Consumer Care Center in your country (see the international warranty leaflet for contact details).




Troubleshooting

This chapter summarizes the most common problems you could encounter with the appliance. If you are unable to solve the problem with the information below, visit www.philips.com/support for a list of frequently asked questions or contact the Consumer Care Center in your country.

If the appliance is updated through connecting it to Wi-Fi with the app, the information in this document may not be up to date. Find the latest user manual on www.philips.com/support. Philips reserves the right to update the firmware of the appliance.


Connectivity troubleshooting

Problem	Solution
I cannot download the app on my mobile phone.	The app is available for Android and iOS mobile phones. The app is not available for Windows phones.
I cannot connect my Wake-Up Light to my home-Wi-Fi network, what should I do?	<p>If you cannot connect your Wake-Up Light to your home Wi-Fi network and still see the flashing icon for access point mode (P), it could be one of following issues:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wrong password. Make sure that you entered the correct Wi-Fi network password and try again. 2. Is your router suitable for connection with your Wake-Up Light? Your router must have a 2,4 GHz band to communicate with the appliance. For the first time setup make sure your mobile phone and the appliance are both connected to the same 2,4 GHz Wi-Fi network, otherwise you will not be able to connect the appliance and your mobile phone. The appliance cannot connect to a 5 GHz network. Temporarily switch off the 5 GHz network to connect the appliance to 2,4 GHz network. Afterwards you can switch on the 5 GHz network again. 3. Check the signal strength of the Wi-Fi. If the signal is weak, the appliance cannot connect properly. Move the appliance closer to the router to make sure that a good Wi-Fi signal is available. <p>If the previous steps do not solve the issue, consider the following:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Go back to default settings by pressing the end of a paperclip into the reset button on the back of the appliance (see 'General description'). This reset will remove all personal settings. 2. If the previous steps are not the issue, contact the Philips Consumer Care Center in your country.
Connecting my connected Sleep & Wake-Up Light to a Wi-Fi guest network does not work.	Using your appliance within a guest network is not supported. Please set up your appliance within a regular Wi-Fi network.

Problem	Solution
How do I remove my personal Wi-Fi settings and alarms from the connected Sleep & Wake-Up Light?	Go back to default settings by pressing the end of a paperclip into the reset button on the back of the appliance (see 'General description').
I want to connect my new smartphone to my connected Sleep & Wake-Up Light. What do I need to do?	If your mobile phone is still connected to the Sleep & Wake-Up Light, first remove the connection in the app in the 'more' tab by selecting 'Forget device'. Please install the app again on your new mobile phone. Indicate in the app that you already installed the connected Sleep & Wake-Up Light and follow the instructions in the app.
I cannot use the app to set alarms or control the connected Sleep & Wake-Up Light.	<p>First, check if your Sleep & Wake-Up Light is connected to a Wi-Fi network. If you completed the Wi-Fi Setup through the Philips SleepMapper app and connected your appliance to a specific Wi-Fi network, you should see a steady Wi-Fi symbol on the main display of the appliance, in the upper right corner .</p> <p>First check if Wi-Fi on your mobile phone and router are enabled. If you see the Wi-Fi disabled icon  on the display of the appliance, enable Wi-Fi first.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Your mobile phone could have reconnected to a different Wi-Fi network. Make sure that your mobile phone and appliance are connected to the same home Wi-Fi network. <p>If you see the Wi-Fi connection issue icon , it could be one of the following issues.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Check the settings for your home Wi-Fi network on the router. It could be that universal Plug and Play (UPnP) is not enabled on your router. Enable this setting on the router. 2. Check the signal strength of the Wi-Fi. If the signal is weak, the appliance cannot connect properly. Move the appliance closer to the router to make sure that a good Wi-Fi signal is available. 3. You might have changed the home Wi-Fi password or installed a new router. <p>If the previous steps do not solve the issue, consider the following:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Go back to default settings by pressing the end of a paperclip into the reset button on the back of the appliance (see 'General description'). This reset will remove all personal settings. 2. If the previous steps are not the issue, contact the Philips Consumer Care Center in your country.
I have a new router/Wi-Fi password/Wi-Fi network and I want to connect my connected Sleep & Wake-Up light to it. What do I need to do?	<p>Follow these steps to set up a connection again:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In the SleepMapper app, go to the 'More' tab and click on 'View device details' and select 'Forget device'. 2. In the settings menu of your Sleep & Wake-Up Light, press and hold the Wi-Fi icon for 8 seconds. You will see the access point mode icon  on the display. 3. Open the app again, go to the 'More' tab to add select 'Add a new device'. Follow the instructions in the app.

General troubleshooting

Problem	Solution
The icon on the display or the light on the appliance does not respond when I try to set different functions.	<p>1. Disconnect the appliance from the power source by removing the adapter from the wall socket. Wait 10 seconds and reconnect the appliance. Start it again.</p> <p>2. If restarting the appliance does not work, go back to default settings by pressing the end of a paperclip into the reset button on the back of the appliance (see 'General description'). Please note that all personal settings (set alarm etc.) will be removed by going back to default settings.</p> <p>If the appliance still does not work, contact Philips Consumer Care Center in your country.</p>
The lamp does not go on when the alarm goes off.	<p>Perhaps you set a light intensity level that is too low. Increase the light intensity level in your wake-up profile.</p> <p>Perhaps you turned off the alarm function. The alarm icon is visible on the display when the alarm is active.</p>
The lamp does not go on right away when I switch it on.	It may take between 1 to 5 seconds for the lamp to go on, depending on the set light intensity level.
I do not hear the alarm sound when the alarm goes off.	<p>Perhaps you set a sound level that is too low. To set a higher sound level, increase the volume level of the wake-up sound in your wake-up profile.</p> <p>When you have set an alarm, you will first see the light of the wake-up curve. The alarm sound only starts playing when the set alarm time has been reached. You can change the duration of the wake-up light curve.</p> <p>If you selected the FM radio as the alarm sound, turn on the FM radio after you turn off the alarm to check if the FM radio works.</p> <p>Check if your FM radio is correctly tuned to a radio station. If necessary, adjust the frequency. If the radio still does not work, contact the Philips Consumer Care Center in your country.</p>
The FM radio does not work or makes a crackling sound.	<p>Check if the FM radio is correctly tuned to a radio station. If necessary, adjust the frequency.</p> <p>Change the position of the antenna by moving it around. Make sure that you have unwound the antenna completely.</p> <p>Perhaps the broadcast signal is weak. Adjust the frequency and/or change the position of the antenna by moving it around. Make sure you have unwound the antenna completely.</p>
The alarm went off yesterday, but it did not go off today.	<p>Perhaps you turned off the alarm function or only set the alarm for a specific day. The alarm icon is visible on the display when the alarm is due within 24 hours.</p> <p>In the Philips SleepMapper app you have several options to set alarms; perhaps the alarm was not set correctly. Check if you have set the alarm in the app correctly. Make sure your appliance and the app are connected to the same home Wi-Fi network when you set an alarm.</p>

Problem	Solution
I wanted to snooze, but the alarm did not go off again after 9 minutes.	You might have accidentally pressed this icon  on the display to dismiss the alarm. This deactivates the alarm for that day. Tap the top of the appliance to snooze.
The light wakes me too early or too late.	Perhaps the light intensity level you have set is not appropriate for you. Try a lower light intensity level if you wake up too early or a higher intensity level of you wake up too late. You can also change the duration of the wake-up curve. If light intensity 1 is not low enough, move the appliance further away from the bed. If the light intensity is not high enough to wake you, make sure that the light of the appliance is not blocked by any object and the appliance is nearby.
I am unable to turn the Midnight Light function on/off.	Make sure you tap on the correct position (top/back) of the appliance.
I am unable to stream music via USB.	The USB connection is only for charging your mobile phone. You are not able to stream music to the connected Sleep & Wake-Up Light.
The AUX socket doesn't work properly.	Try to set the volume on your mobile phone either higher or lower. If necessary, adjust the volume level on the appliance as well.
Suddenly the appliance makes a beeping sound.	The backup alarm went off. This can happen up to 8 hours after the power was removed and a set alarm time is due. The alarm sound stops automatically after approximately 1 minute. You also can stop the alarm sound immediately if you power up the appliance for a brief moment. To prevent the back-up alarm from going off when the power is removed (e.g. storage) disable the alarms prior to powering down.

Specifications


Adapter

Manufacturer	PHILIPS
Type number	HF20
Rated input voltage	100 – 240 V AC
Rated input frequency	50 / 60 Hz
Rated output voltage	24.0 V DC
Rated output current	0.75 A
Rated output power	18.0 W
No-load power	< 0.1 W
Efficiency class	VI
Safety classification	Class II power supply



Dimensions (height x width x depth)	35 x 78 x 66 mm (1.38 x 3.07 x 2.6 in.) for EU version 50 x 78 x 56 mm (1.97 x 3.07 x 2.2 in.) for UK version
Weight	Approx. 0.12 kg (4.2 oz.) for EU version Approx. 0.13 kg (4.6 oz.) for UK version
Cord length	Approx. 150 cm (4.9 ft)

Main unit

Manufacturer	PHILIPS
Type number	HF3670, HF3671, HF3672
Rated input voltage	24 V DC
Rated input current	0.75 A
Rated input power	18 W
Standby power appliance (main unit + adapter)	< 2 W (Wi-Fi on and display at maximum brightness) < 1 W (Wi-Fi off and display maximum brightness) < 0.5 W (Wi-Fi off and display off)
Conditions: night (12 h / 0 lux), day (12 h / 500 lux), all functions suspended	
Safety classification	Class III luminaire 
Dimensions (height x width x depth)	Approx. 225 x 220 x 120 mm (8.86 x 8.66 x 4.72 in.)
Weight	Approx. 0.78 kg (27.5 oz.)
Ports	
USB charging	5 V DC, 1 A
AUX sensitivity	280 mV
Light	
Light output (level 1 – 25)	Approx. 1 lux – 350* lux at 45 cm (approx. 1 lux – 350* lux at 17.7 in.) *depending on model
Light color (level 1 – 25)	Approx. 1500 K – 2800 K
FM	
FM-radio frequency band	87.5 MHz – 108.0 MHz
Wi-Fi	
Operating frequency (channel 1 – 13)	2412 MHz – 2472 MHz
Modulation type	IEEE 802.11b, 802.11g, 802.11n
RF output power	Max. 20 dBm

AmbiTrack sensors

Light sensor	0 lux to 2500 lux
Temperature sensor	0 °C to 50 °C (32 °F to 122 °F)
Humidity sensor	0 % to 100 % (relative humidity)
Sound pressure sensor	30 dBA to 70 dBA

Operating conditions

Temperature	5 °C to 35 °C (41 °F to 95 °F)
Relative humidity	20 % to 90 % (no condensation)
Atmospheric pressure	86 kPa to 106 kPa

Storage conditions

Temperature	-20 °C to 50 °C (-4 °F to 122 °F)
Relative humidity	20 % to 90 % (no condensation)
Atmospheric pressure	86 kPa to 106 kPa

Open-source and third-party software

A copy of the open-source software and third-party commercial software license agreement can be found on the website www.philips.com/support. Search for the device number HF3670 / HF3671 / HF3672 / HF3650 / HF3651 / HF3652 / HF3653 / HF3654 on the technical documentation page of the product.

Indhold

Introduktion	28
Generel beskrivelse	28
Beregnet anvendelse	28
Virkningerne ved Sleep & Wake-Up Light	28
Vigtige sikkerhedsoplysninger	29
Sikkerhed og overensstemmelse	30
Elektromagnetiske felter (EMF)	31
Interaktive menuikoner	31
Sådan tilsluttes apparatet til Wi-Fi	31
Navigering i menuen	33
Indstilling af vækkeprofiler	34
Backup for tid + alarm	35
Snooze-funktion	35
Slå alarmen fra	35
Sådan bruges apparatet som sengelampe	36
Midnight Light	36
Indstillinger	36
Lytte til musik	38
Gear ned-programmer	39
Simulation af solnedgang	39
RelaxBreathe	40
Sengetidsfunktion	41
Opladning af mobiltelefon	41
Rengøring og opbevaring	41
Genanvendelse	42
Reklamationsret og support	42
Fejlfinding	42
Specifikationer	46
Open source- og tredjepartssoftware	48

Introduktion

Tillykke med dit køb, og velkommen til Philips! For at få fuldt udbytte af den support, Philips tilbyder, skal du registrere dit produkt på www.philips.com/welcome.

Philips SmartSleep-tilsluttede Sleep & Wake-Up Light kan give dig en mere behagelig opvågning. Lyset forbereder roligt din krop på at vågne til den tid, du har sat vækkeuret til, og kan kombineres med naturlige opvågningslyde eller FM-radio.

Den lys-guidede åndedrætsfunktion, personligt tilpassede solindstillinger, registrering af soveværelsesomgivelser og flere andre funktioner gør dette tilsluttede Sleep & Wake-Up Light til den perfekte ledsager i dit soveværelse.

Tip: Brug af Philips SleepMapper-appen giver ekstra funktioner. Oplysninger om disse funktioner er forklaret i appen.

Hvis apparatet opdateres via tilslutning til Wi-Fi med appen, er oplysningerne i dette dokument muligvis ikke aktuelle. Find den nyeste brugervejledning på www.philips.com/support ved at søge efter dit apparats typenummer.

Generel beskrivelse

De nummererede dele på denne liste refererer til de nummererede dele i oversigtsillustrationen.

- 1 Lampekabinat
- 2 Display
- 3 Lydniveausensor
- 4 USB-opladerport
- 5 Reset-knap (nulstilling)
- 6 Radioantenne
- 7 AmbiTrack-sensor: Luftfugtigheds- og temperatursensor
- 8 Ekstrastik (AUX)
- 9 Jævnstrømsstik til adapter
- 10 Højtaler
- 11 Snooze/Midnight Light
- 12 Adapter
- 13 Lille stik

Beregnet anvendelse

Det Philips SmartSleep-tilsluttede Sleep & Wake-Up Light er beregnet til at give dig en mere naturlig og frisk opvågning og en mere afslappende fornemmelse, inden du falder i søvn.

Dette produkt er ikke beregnet til at give generel belysning.

Virkningerne ved Sleep & Wake-Up Light

Det Philips SmartSleep-tilsluttede Sleep & Wake-Up Light forbereder dig blidt på at vågne i løbet af de sidste 30 minutter af din søvn. Tidligt om morgenen er øjnene mere følsomme over for lys, end når vi er vågne. I denne periode

forbereder de relativt lave lysniveauer i en simuleret naturlig solopgang vores krop på at vågne.

Dem, der bruger apparatet, vågner lettere, føler sig generelt bedre tilpas og mere oplagt om morgenen. Da lysfølsomheden er forskellig fra person til person, kan du indstille lysintensiteten på apparatet til et niveau, der passer til din egen lysfølsomhed, så du får en optimal start på dagen.

For at få den fulde effekt af det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light skal du placere apparatet cirka 40 - 50 cm fra dit hoved på en plan, stabil overflade på dit natbord.

Du finder flere oplysninger om det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light på www.philips.com.

Vigtige sikkerhedsoplysninger

Læs disse vigtige oplysninger omhyggeligt igennem, inden apparatet tages i brug, og gem dem til eventuel senere brug.

Fare



- Vand og elektricitet er en farlig kombination. Brug ikke apparatet i våde omgivelser (f.eks. i badeværelset eller i nærheden af en bruser eller swimmingpool).
- Hold adapteren tør.
- Dette produkt er kun til indendørs brug.
- Sørg for, at der ikke trænger vand ind i apparatet, og at der ikke spildes vand på det.
- Apparatet må aldrig kommes ned i vand eller skylles under vandhanen.
- Placer ikke noget i nærheden af apparatet, der kan få vand eller anden væske til at dryppe eller stænke på det.
- Adapteren indeholder en transformer, som konverterer en usikker 100 V - 240 V AC netspænding til en sikker 24 V DC lavspænding. Klip ikke adapteren af for at udskifte den med et andet stik, da dette vil føre til farlige situationer.

Advarsel

- Brug aldrig apparatet, hvis lampekabinettet er beskadiget, gået i stykker eller mangler.
- Apparatet må ikke benyttes, hvis adapter, ledning eller apparat på nogen måde er beskadiget, hvis der er spildt væsker på det, eller hvis apparatet har været udsat for stødpåvirkninger, hvis apparatet har været udsat for påvirkninger fra regn eller fugt, hvis det ikke fungerer normalt, eller hvis det er blevet tabt eller beskadiget.
- Hvis du begynder at føle ubehag i forbindelse med vejtrækningsøvelsen RelaxBreathe, skal du bare trække vejret normalt igen.
- Brug kun apparatet sammen med den medfølgende adapter.
- Hvis adapteren beskadiges, skal den altid udskiftes med en original adapter af samme type for at undgå en farlig situation.

- Dette apparat er ikke beregnet til at blive brugt af personer (herunder børn) med nedsatte fysiske og mentale evner, nedsat følesans eller manglende erfaring og viden, medmindre de er blevet vejledt eller instrueret i apparatets anvendelse af en person, der er ansvarlig for deres sikkerhed.
- Kontakt din læge, før du begynder at bruge apparatet, hvis du har lidt af eller lider af depression.
- Brug ikke apparatet som et middel til at reducere dit søvnbehov. Formålet med apparatet er at lette opvågningen. Det reducerer ikke søvnbehovet.

Forsigtig

- Kontrollér, om den angivne netspænding på apparatet svarer til den lokale netspænding, før du slutter strøm til apparatet.
- Sørg for, at netledningen ikke trædes på eller klemmes, navnlig ved stik og udgange samt ved det sted, hvor ledningen føres ud af lampen.
- For at forhindre varige beskadigelser af adapteren må den ikke bruges i eller i nærheden af stikkontakter, hvori der sidder en elektrisk luftfrisker.
- Undlad at tabe apparatet på gulvet, og udsæt det ikke for kraftige slag eller andre voldsomme stød.
- Anbring apparatet på et stabilt, vandret og skridsikkert underlag.
- Pas på ikke at forhindre kølingen af dette apparat ved f.eks. at tildække det med tæpper, gardiner, tøj, papir mv.
- Undlad at anvende apparatet, hvis rumtemperaturen er under 5 °C eller højere end 35 °C.
- Apparatet har ikke en on/off-knap. Fjern adapteren fra stikkontakten før at frakoble apparatet. Adapteren og stikkontakten skal være let tilgængelige til enhver tid.
- Dette apparat er kun beregnet til husholdningsbrug, herunder lignende brug f.eks. på hoteller.
- Der må ikke sættes nogen form for åben ild, som f.eks. tændte stearinlys, på apparatet.
- LED'erne inde i dette Wake-Up Light kan ikke udskiftes, når de når slutningen af deres levetid, skal hele Wake-Up Light udskiftes.

Generelt

- Hvis du tit vågner for tidligt eller med hovedpine, kan du skrue ned for lysstyrken og/eller indstille tidspunktet for den simulerede solopgang.
- Hvis du tit vågner ved lyden af vækkeuret, kan du skrue op for lysstyrken eller indstille tidspunktet for den simulerede solopgang.
- Hvis du deler soveværelse med andre, kan vedkommende blive vækket utilsigtet, selvom han/hun ligger længere væk fra apparatet. Dette skyldes, at mennesker ikke nødvendigvis har samme lysfølsomhed.
- Apparatets strømforbrug er lavest, hvis der ikke er sluttet nogen enheder til USB-porten, og lampe, radio, display og Wi-Fi er slukket.

Sikkerhed og overensstemmelse

Dette apparat opfylder sikkerhedskravene i EU for:


































- IEC 60598: Armaturer.

- IEC 62471: Fotobiologisk sikkerhed for lamper og lampesystemer.
- IEC 62368: Audio/video, informations- og kommunikationsteknologiudstyr.

Elektromagnetiske felter (EMF)

Dette Philips-apparat overholder alle branchens gældende standarder og regler angående eksponering for elektromagnetiske felter.

Interaktive menuikoner

 Vækkeprofil/Alarm	 Lysintensitet og lys tænd/sluk	 Gå tilbage til et højere niveau i menuen
 Indstillinger	 Lyde	 Bekræft og gem indstilling
 Gear ned-program	 AUX-stik	 Radio
 Aktivér Wi-Fi	 Deaktiver Wi-Fi	 Skift alarmindstillinger
 Displayets indstillinger og lysstyrke	 Vælg naturlig lyd	 Slå alarm fra
 Aktivér display-timeout	 Deaktiver display-timeout	 Deaktiver alarm
 Aktivér lydfeedback	 Deaktiver lydfeedback	 Guidet af lys eller lyd
 Simulation af solnedgang	 Varighed af vækkeprofil	 Slet vækkeprofil
 Ugedage	 RelaxBreathe	 RelaxBreathe-tempo
 Vælg ugedag	 Fravælg ugedag	 Varighed af et program
 Start ved sengetid	 Start program	 Stop program

Sådan tilsluttes apparatet til Wi-Fi

Hvis apparatet opdateres via tilslutning til Wi-Fi med appen, er oplysningerne i dette dokument muligvis ikke aktuelle. Find den seneste brugervejledning på www.philips.com/support. Philips forbeholder sig ret til at opdatere apparatets firmware.





Nem opsætning af Wi-Fi



Download appen Philips SleepMapper fra Google Play eller App Store på din mobiltelefon. Se oplysningerne på Google Play eller App store for at kontrollere, om din mobiltelefon er kompatibel med appen. Du kan nemt opsætte Wi-Fi-forbindelsen til dit tilsluttede Sleep & Wake-Up Light.

Opsætningen til installation af Sleep & Wake-Up Light og tilslutning til dit Wi-Fi-hjemmenetværk behøver kun at blive udført én gang. Denne opsætning tager 5-10 minutter.

Opsætningsguiden for det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light

- 1 Når du bruger det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light for første gang, starter der en opsætningsguide på apparatet.
 - 2 Når du har valgt dit sprog på apparatets display, skal du fortsætte i appen. Sørg for, at appen er åben på din mobiltelefon.
 - 3 Følg instruktionerne i appen for at oprette forbindelse til apparatet til Wi-Fi-netværket. Hvis du har problemer med at tilslutte apparatet, kan du se supportafsnittet i appen eller de punkter, der er nævnt i fejlfindingsafsnittet i denne brugervejledning (se "Fejlfinding").
- Hvis du har valgt at opsætte apparatet uden appen, men nu vil tilslutte apparatet til appen, skal du trykke på Wi-Fi-ikonet  i dit apparats indstillingsmenu. Ikonet for adgangspunkttilstand  vises på displayet. Åbn appen på din mobiltelefon for at oprette forbindelse.
 - Hvis du har ændret Wi-Fi-hjemmenetværket eller skiftet din adgangskode, skal du trykke og holde nede på Wi-Fi-ikonet  i dit apparats indstillingsmenu i 8 sekunder. Ikonet for adgangspunkttilstand  vises på displayet. Åbn appen på din mobiltelefon for at oprette forbindelse.

Ikonet for problemer med Wi-Fi-forbindelsen kan vises på displayet, hvis forbindelsen ikke kan genoprettes. Se afsnittet for fejlfinding for at løse problemet.

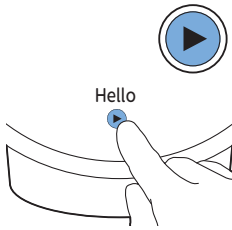
Bemærk: Appen på din mobiltelefon og det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light kan KUN kommunikere med hinanden, når begge apparater er tilsluttet det samme Wi-Fi-hjemmenetværk. Hvis dette ikke er tilfældet, kan du ikke fjernstyre apparatet via appen (f.eks. indstille en alarm).

AmbiTrack-sensorer

Det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light indsamler input fra omgivelserne via AmbiTrack-sensorer. AmbiTrack-sensorer måler lys, luftfugtighed, temperatur og lydtryk. Disse faktorer kan påvirke din søvn. Kun i appen kan du se oplysninger om de anbefalede værdier for ideelle søvnforhold. Sensorernes målinger kan påvirkes af apparatets omgivelser. Hvis du f.eks. placerer apparatet i nærheden af et vindue eller i nærheden af en varmekilde såsom en radiator, kan temperatur- og luftfugtighedssensorerne muligvis ikke registrere temperaturen og luftfugtigheden i hele rummet.

Opsætning af apparatet uden appen

Du kan opsætte Sleep & Wake-Up Light uden appen. Før du kan bruge apparatet, skal du fuldføre en opsætningsguide. Du kan også tilslutte apparatet til appen senere.



Vi anbefaler stærkt, at du opsætter apparatet med SleepMapper-appen for at nyde godt af alle de funktionaliteter, som appen tilbyder.

- 1 Start opsætningsguiden ved at trykke på startikonet på apparatets display.
- 2 Du bliver vejledt gennem opsætningsguiden på apparatet, hvor du angiver de ønskede indstillinger, en vækkeprofil og et gear ned-program.

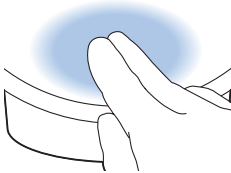
Bemærk: Vækkeprofilen og afslapningsprogrammet kan indstilles senere. Spring over disse indstillinger ved at trykke på pilen flere gange. Vi anbefaler dog, at du indstiller din vækkeprofil og dit afslapningsprogram under denne opsætning. Dette kan hjælpe dig med at udforske apparatets forskellige funktioner.

Navigering i menuen



Hvis du har opsat apparatet ved hjælp af SleepMapper-appen eller via opsætningsguiden (se "Opsætning af apparatet uden appen") på apparatet, vil du se menuen som beskrevet i de følgende afsnit.

På apparatets display kan du vælge og indstille vækkeprofil, sengelampe, indstillinger, lyd (kilde) eller afslapningsprogram.



Bemærk: Hvis displayet er tomt, skal du flytte hånden hen mod den nederste del af apparatet for at få vist displaymenuen. Menuikonerne bliver vist.



Bekræft og gem indstillinger

Alle dine personligt tilpassede indstillinger og profiler gemmes permanent i hukommelsen. Du kan ændre dem når som helst. Tryk på ikonet med fluebenet for at bekræfte og gemme den ønskede ændring af en profil eller indstilling i en menu.

Bemærk: Dine personligt tilpassede indstillinger og profiler forsvinder ikke, hvis du tager adapteren ud af stikkontakten.

Indstilling af vækkeprofiler




I din vækkeprofil på apparatet kan du indstille alarmtidspunktet, den maksimale lysintensitet og den type vækkelyd, du foretrækker. Du kan i alt indstille to forskellige vækkeprofiler i apparatets menu. Med SleepMapper-appen kan du indstille flere vækkeprofiler.

Bemærk: Apparatets hoveddisplay viser den indstillede alarm, hvis der er en aktiv alarm.

Bemærk: Tryk på alarmikonet i hovedmenuen og hold det nede for at deaktivere alle de indstillede alarmer på én gang.



1 Du kan vælge imellem forskellige vækkeprofiler på apparatet ved hjælp af pilikonerne < >.

2 Du kan deaktivere alarmer ved at trykke på Deaktiver alarm-ikonet .



3 Tryk på ikonet for alarmindstillinger  for at aktivere menuen for opsætning af profiler.


Alarmtid og -dato



I denne menu kan du ændre tiden ved at trykke på + eller -. Alarmer gentages automatisk hver dag.




Du kan vælge på hvilken ugedag alarmer skal ringe.

1 Tryk på kalenderikonet .



2 Ugedagene er indikeret med det bogstav, som dagen starter med. Når en alarm er aktiveret, lyser bogstavet op. Du kan vælge imellem ugedagene ved at bruge pilikonerne.



3 Tryk på ikonet , for at deaktivere alarmer en specifik dag. Når en specifik dag er inaktiv, lyser dagens bogstav kun en smule op.

Lysintensitet i vækkeprofilen



Lampen i apparatet simulerer en solopgang. På samme måde som ved en solopgang øges lampens lysstyrke gradvist. I løbet af denne vækkekurve ændrer lysets farve sig fra blød rød til varm orange og til lys gul.



Tryk på ikonet  på skærmen for at vælge et af de 25 niveauer for lysintensitet.



Varighed af vækkeprofil

Standardvarigheden for vækkekurven (lysstyrkestigningen til den indstillede maksimale lysintensitet) er 30 minutter. Du kan ændre varigheden til din præference ved at trykke på ikonet på apparatet.

Type af lyd



Tryk på dette ikon for at åbne lydmenuen og indstille lyden for vækkeprofilen.



- 1 Tryk på skifteikonet (↺) for at vælge en af de tre mulige lyde: naturlige lyde, radio eller ingen lyd.
- 2 Tryk på ikonet for naturlige lyde (🌿) for at vælge en af de naturlige lyde, eller tryk på radioikonet for at vælge en af (📻) radioens forudindstillinger.
- 3 Du kan indstille lydstyrken med højttalerikonet (🔊).

Fjern en vækkeprofil



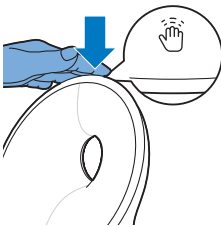
Tryk på dette ikon (🗑️) for at ændre alarmen. Fjern en vækkeprofil ved at trykke på (🗑️).

Backup for tid + alarm

I tilfælde af strømsvigt virker ingen af apparatets funktioner, herunder displayet. Det indbyggede ur samt backup-alarmen vil dog stadig virke i endnu mindst 8 timer.

Hvis alarmen er sat til under et strømsvigt, aktiveres en backup-alarm, som afgiver en biplyd i ca. 1 minut.

Snooze-funktion



Når vækkekurven er gennemført (når den indstillede maksimale lysintensitet er nået), og alarmen lyder, kan du trykke på toppen af apparatet for at aktivere snooze-funktionen.

Lampen bliver ved at være tændt, men lyden slås fra. Snooze-varigheden kan justeres i appen. Standardvarigheden er 9 minutter. Efter 9 minutter begynder alarmen at lyde igen.

Bemærk: Lys og lyd slås automatisk fra 60 minutter efter, alarmen har lydt, eller 60 minutter efter snooze-funktionen sidst blev anvendt.

Slå alarmen fra



Når vækkekurven er aktiv eller alarmen går i gang, kan du slå den fra ved at trykke på dette ikon på apparatet. Hvis du slår alarmen fra, deaktiveres alarmprofilen for den pågældende dag.

Sådan bruges apparatet som sengelampe

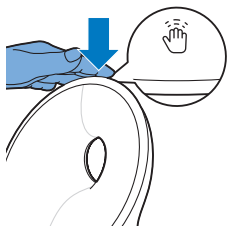


Du kan bruge den tilsluttede Sleep & Wake-Up Light som sengelampe.

Tryk på sengelampeikonet  på displayet for at tænde for sengelampen.

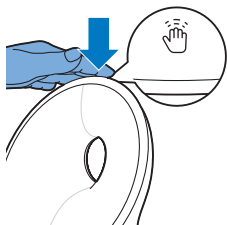
Bemærk: Du kan forøge og formindske lysstyrken. Du kan vælge en lysstyrke mellem 1 (lav) og 25 (høj). Standardindstillingen for lysstyrken er 20.

Lampen slukkes ved at trykke på krydsikonet i menuen.



Tip: Når lampen er tændt, kan du også slukke den med et enkelt blidt slag på toppen af apparatet. Alle aktive programmer stopper. Indstillede alarmer forbliver aktive.

Midnight Light



Hvis du vågner i løbet af natten, kan du trykke på toppen af apparatet for at aktivere en dæmpet belysning. Det dæmpede, bløde orange lys giver dig lige netop lys nok til, at du kan orientere dig i mørket. Du slukker funktionen Midnight Light ved at trykke på toppen af apparatet igen.

Bemærk: Midnight Light kan ikke aktiveres direkte, når hovedlyset allerede er tændt. I sådanne tilfælde skal du først trykke på toppen af apparatet for at deaktivere hovedlyset. Tryk derefter på Midnight Light igen for at aktivere funktionen.

Indstillinger



Tryk på indstillingsikonet for at åbne indstillingsmenuen.

Bemærk: Tryk på og hold indstillingsikonet nede i 8 sekunder for at åbne en ny menu, hvor du kan vælge VERSION (firmwareversion på apparatet) eller DEMO (accelereret vækkekurve) eller.



I indstillingsmenuen kan du indstille klokkeslættet (når dit Wi-Fi er slået fra), lydfeedbacket, displayets lysstyrke på apparatet samt aktivere/deaktivere Wi-Fi.

Tid



Tryk på dette ikon for at åbne tidsmenuen.




I denne menu kan du ændre tiden ved at trykke på + eller -.


Tryk på ikonet for tidsvisning for at skifte mellem 12-timersur og 24-timersur.

Bemærk: Denne valgmulighed er ikke tilgængelig, mens apparatet er tilsluttet Wi-Fi.

Wi-Fi



Du kan slå Wi-Fi til eller fra ved at trykke på Wi-Fi-ikonet. Når Wi-Fi er deaktiveret , implementeres opdateringer, der foretages i appen, ikke, før Wi-Fi-forbindelsen er genoprettet.


Bemærk: Tryk og hold nede på Wi-Fi-ikonet  i cirka 8 sekunder for at gå tilbage til adgangspunkttilstanden. Åbn adgangspunkttilstand, hvis du vil tilslutte apparatet til et andet Wi-Fi-netværk, eller hvis du ikke har ændret din Wi-Fi-adgangskode.



Hvis du utilsigtet har aktiveret adgangspunkttilstand, skal du trykke to gange på Wi-Fi-ikonet for at aktivere Wi-Fi igen. Det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light husker det netværk, du var tilsluttet til.

Lydfeedback



Hvis du ikke ønsker at høre klik, når du trykker på et ikon, skal du trykke på ikonet for lydfeedback for at slå lydfeedback fra. Det bekræftes med en kliklyd. Du kan genaktivere lydfeedback ved at trykke på ikonet .

Displayindstillinger



Tryk på ikonet for displayindstillinger i indstillingsmenuen for at angive displayindstillingerne.



I denne menu kan du indstille displayets lysstyrke og vælge displayets timeout.

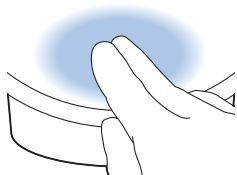
Skærmlysstyrke

Brug plus- og minusikonerne til at justere displayets lysstyrke fra niveau 1 til niveau 6. Vælg det niveau, som er bedst, hvis du skal se displayet om natten. Apparatet justerer automatisk lysstyrken på displayet, når det omgivende lys i dit soveværelse ændres.

Display-timeout

Hvis du slet ikke ønsker noget lys (eller visning af klokken), ikke engang fra tidsangivelsen, kan du slukke displayet helt ved at trykke på ikonet for display-timeout. Displayet slukker gradvist et par sekunder efter din sidste interaktion med ikonerne.





Hvis du ikke berører displayet i nogen af menuerne i en vis periode, vil det vende tilbage til kun at vise tid og status. Når display-timeout er aktiveret, vises klokken ikke.

Tryk på ikonet Deaktiver display-timeout for at tænde displayet igen.

Tip: Hvis du vil se, hvad klokken er, eller vælge en funktion, mens display-timeout er aktiveret, skal du blot føre hånden hen til displayet for at tænde det i et par sekunder.

Lytte til musik



Tryk på lydikonet for at vælge den foretrukne lydkilde.

Tip: Tryk på lydikonet, og hold det nede for at aktivere/deaktivere lyden via menuen.



I lydmenuen kan du vælge radio eller afspille din egen musik ved at slutte en anordning til musikafspilning til AUX-stikket.

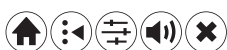
Tip: Når du lytter til radio eller musik, kan du slukke den med et enkelt blidt slag på toppen af apparatet. Alle aktive programmer stopper. Indstillede alarmer forbliver aktive.

Lytte til radio



Du kan lytte til FM-radio med Sleep & Wake-Up Light. Hvis du har valgt radiofunktionen i lydmenuen, vil den vise den valgte radiostation. Du kan manuelt skifte radiostation ved at vælge FM-frekvensen for en anden radiostation.

Tip: Rul antennen helt ud, og sæt den i forskellige retninger, indtil du opnår den bedste modtagelse.



Du kan forudindstille 5 faste radiostationer. Vælg en radiostation ved hjælp af ikonet for indstilling af FM-frekvens (Ⓜ). Tryk på, og hold knappen med dobbelt-pilen nede for at foretage automatisk søgning efter den næste radiostation.

Efter indstilling af en radiostation kan du nemt tilføje endnu en radiostation ved at vælge med skifteikonet (↺). På den måde kan du forudindstille 5 faste radiostationer.

Du kan indstille lydstyrken med højttalerikonet (🔊).

Musik via stikket Auxiliary (AUX)



Du kan bruge det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light, som en højttaler til musik, ved at slutte en musikafspiller (f.eks. en mobiltelefon) til AUX-stikket.

Hvis lyden ikke er høj nok, når du har indstillet apparatet til den maksimale lydstyrke, skal du skrue op for lydstyrken på din musikafspiller.

Hvis lyden er for høj eller forvrænget, når du har indstillet apparatet til en lav lydstyrke, skal du skrue ned for lydstyrken på din musikafspiller i stedet.

Bemærk: Du skal bruge et AUX-kabel til at slutte den tilsluttede Sleep & Wake-Up Light til en musikafspiller.

Bemærk: Du kan ikke blive vækket til musik fra en AUX-tilsluttet enhed.

Gear ned-programmer



Tryk på gear ned-ikonet for at vælge det ønskede gear ned-program.



Apparatet har to gear ned-programmer, der kan hjælpe dig med at slappe af, inden du falder i søvn: solnedgangssimulering og RelaxBreathe.

Du kan deaktivere gear ned-programmet ved at trykke på toppen af apparatet.

Du kan også aktivere eller deaktivere sengetidsfunktionen i denne menu.

Simulation af solnedgang




I forbindelse med Sunset Simulation vil lysniveauet falde gradvist med farver, der skifter fra lys gul til varm orange og blød rød.



Tryk på ikonet for solnedgangssimulering for at aktivere opsætningsmenuen for solnedgangssimulering.



Tryk på afspil for at starte solnedgangssimuleringen. Tryk på stop  eller tryk på toppen af apparatet for at stoppe programmet.



Brug dette ikon til at indstille varigheden af solnedgangssimuleringen. Du kan vælge en varighed på 5, 10, 15, 20, 30 eller 45 minutter.





Du kan ændre lysintensiteten for solnedgangssimuleringen med lysikonet.



Du kan også vælge en lyd, der langsomt toner ud i løbet af solnedgangssimuleringen.



Tryk på skifteikonet  for at vælge en af de tre mulige lyde: naturlige lyde, radio eller ingen lyd. Du kan også afspille din egen musik ved at tilslutte en musikafspilningsanordning til AUX-kontakten.

Tryk på ikonet for naturlige lyde  for at vælge en af de naturlige lyde. Du kan indstille den indledende lydstyrke med højttalerikonet .

RelaxBreathe




RelaxBreathe bruger af en teknik til at trække vejret helt ned i maven som udgangspunkt for vejtrækningsprogrammet. Du kan vælge et af vejtrækningsprogrammerne, hvor du bliver guidet af lys eller lyd. Kombinationen af øvelsen med at trække vejret helt ned i maven og vejledningen i det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light hjælper dig med at falde til ro og føle dig afslappet.



Tryk på RelaxBreathe-ikonet for at aktivere opsætningsmenuen for RelaxBreathe.



Tryk på afspil for at starte RelaxBreathe-sessionen. Tryk på stop  eller tryk på toppen af apparatet for at stoppe RelaxBreathe.



Tryk på dette ikon for at indstille varigheden af afslapningsprogrammet. Du kan vælge en varighed på 5, 10 eller 15 minutter.



Du kan vælge ét af syv afslapningsprogrammer med forudindstillet vejtrækningstempo. Hvert enkelt afslapningsprogram har sit eget vejtrækningstempo. Programmet "4 breaths" er forudindstillet til 4 vejtrækninger pr. minut. Programmet "5 breaths" er forudindstillet til 5 vejtrækninger pr. minut. Hvert af de følgende programmer har én ekstra vejtrækning pr. minut. Det sidste program (10 breaths) er forudindstillet til 10 vejtrækninger pr. minut.



Du kan vælge lyd eller lys til at vejlede dig i forbindelse med det valgte afslapningsprogram. Følg lyset eller lyden, når du trækker vejret ind og ud.

- Når du følger lyset, skal du trække vejret ind, når lysintensiteten stiger. Mellem de to korte lysglimt skal du holde vejret. Pust langsomt ud, når lysintensiteten falder.
- Når du følger lyden, skal du trække vejret ind, når lyden af bølger bliver kraftigere. Når lydstyrken ikke ændres, skal du holde vejret. Pust langsomt ud, når lyden af bølgerne bliver svagere.

Følg dit foretrukne tempo ved hjælp af lys eller lyd, og bliv mere afslappet. Du kan også gøre det med lukkede øjne.

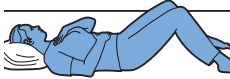
Bemærk: Du kan finde en instruktionsvideo for RelaxBreathe i appen og på Philips-webstedet.

Slap af med vejtrækning helt ned i maven

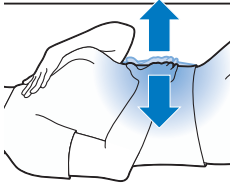
At trække vejret helt ned i maven er en anerkendt vejtrækningsteknik, der hjælper dig med at slappe af. Når du trækker vejret med maven, trækkes dit mellemgulv automatisk ned. Derved bliver lungerne trukket ned, så du kan tage en fuld og dyb indånding.

Forsigtig: Hvis du begynder at føle ubehag i forbindelse med vejtrækningsøvelsen, skal du bare trække vejret normalt igen.

Sådan trækker du vejret helt ned i maven



- 1 Læg dig behageligt til rette på ryggen.
- 2 Træk vejret ind gennem næsen, og pust ud gennem næsen eller munden.



- 3 Læg den ene hånd på maven og den anden hånd på brystet. Hånden på maven skal bevæge sig op ved indånding og ned ved udånding. Hånden på brystet skal kun bevæge sig lidt.
- 4 Vejtrækningen skal kun ske ved hjælp af maven. Prøv at gøre udåndingen længere end indåndingen. På den måde vil du hurtigt blive mere afslappet.

Bemærk: Apparats RelaxBreathe-funktion kan vejlede dig i forbindelse med vejtrækningsøvelsen.

Sengetidsfunktion



Du kan registrere din sengetid ved at holde nede på toppen af apparatet i cirka 2 sekunder, før du går i seng, for at aktivere sengetidsfunktionen. Eller du kan aktivere sengetid i afslapningsmenuen. Du kan også starte sengetidsfunktionen ved at trykke på "start tracking" i SleepMapper-appen.



Der vises et måneikon på apparatets display for at angive, at registrering af sengetid er startet. Du kan finde flere oplysninger om sengetidsfunktionen i appen.

Opladning af mobiltelefon

Du kan oplade din mobiltelefon ved hjælp af USB-porten (se "Generel beskrivelse").

Rengøring og opbevaring

- Rengør apparatet med en blød, tør klud.
- Brug aldrig slibende rengøringsmidler, skuresvampe eller rengøringsmidler såsom sprit, acetone mv., idet de vil kunne beskadige apparatets overflade.
- Hvis du ikke skal bruge apparatet i en længere periode, skal adapteren tages ud af stikkontakten. Opbevar apparatet på et sikkert, tørt sted, hvor det ikke bliver udsat for stød og ikke bliver beskadiget.

- Ledningen må ikke vikles om apparatet under opbevaring.

Genanvendelse



- Dette symbol betyder, at dette produkt ikke må bortskaffes sammen med almindeligt husholdningsaffald (2012/19/EU).
- Følg den nationale lovgivning om særskilt indsamling af elektriske og elektroniske produkter. Korrekt bortskaffelse er med til at forhindre negativ påvirkning af miljøet og menneskers helbred.

Reklamationsret og support

Hvis du har brug for information eller support, kan du besøge www.philips.com/support eller kontakte din Philips-forhandler. Du kan også kontakte det lokale Philips-kundecenter (du kan finde kontaktoplysninger i den internationale garantifolder).

Fejlfinding

Dette afsnit opsummerer de mest almindelige problemer, der kan forekomme ved brug af apparatet. Har du brug for yderligere hjælp og vejledning, så besøg www.philips.com/support for at se en liste med ofte stillede spørgsmål, eller kontakt dit lokale Philips Kundecenter.

Hvis apparatet opdateres via tilslutning til Wi-Fi med appen, er oplysningerne i dette dokument muligvis ikke aktuelle. Find den seneste brugervejledning på www.philips.com/support. Philips forbeholder sig ret til at opdatere apparatets firmware.

Fejlfinding af tilslutning

Problem

Løsning

Jeg kan ikke downloade appen på min mobiltelefon.


Appen fås til Android- og iOS-mobiltelefoner. Appen er ikke tilgængelige for Windows-telefoner.

Problem	Løsning
Jeg kan ikke tilslutte mit Wake-Up Light til mit Wi-Fi-hjemmenetværk, hvad skal jeg gøre?	<p>Hvis du ikke kan tilslutte dit Wake-Up Light til Wi-Fi-hjemmenetværket og stadig ser det blinkende ikon for adgangspunkttilstand, ^(†) kan det skyldes et af de følgende problemer:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Forkert adgangskode. Sørg for, at du har indtastet den korrekte adgangskode til Wi-Fi-netværket, og prøv igen. 2. Er din router egnet til tilslutning til Wake-Up Light? Din router skal have et 2,4 GHz bånd for at kommunikere med apparatet. Ved den første opsætning skal du sørge for, at din mobiltelefon og apparatet begge er tilsluttet det samme 2,4 GHz Wi-Fi-netværk, da du ellers ikke kan tilslutte apparatet og mobiltelefonen. Apparatet kan ikke tilslutte til et 5 GHz-netværk. Sluk 5 GHz-netværket kortvarigt for at tilslutte apparatet til 2,4 GHz-netværket. Derefter kan du tænde 5 GHz-netværket igen. 3. Kontrollér Wi-Fi-signalstyrken. Hvis signalet er svagt, kan apparatet ikke oprette en solid forbindelse. Flyt apparatet tættere på routeren for at sikre, at der er et godt Wi-Fi-signal. <hr/> <p>Hvis de foregående trin ikke løser problemet, kan du overveje følgende:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gendan standardindstillingerne ved at presse enden af en papirclips ind i nulstillingsknappen bag på apparatet (se "Generel beskrivelse"). Denne nulstilling fjerner alle personlige indstillinger. 2. Hvis de tidligere trin ikke er problemet, bedes du kontakte dit lokale Philips Kundecenter.
Jeg kan ikke tilslutte mit tilsluttede Sleep & Wake-Up Light til et Wi-Fi-gæstenetværk.	Brug af apparatet på et gæstenetværk understøttes ikke. Konfigurer apparatet på et almindeligt Wi-Fi-netværk.
Hvordan fjerner jeg mine personlige Wi-Fi-indstillinger og alarmer fra det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light?	Gendan standardindstillingerne ved at presse enden af en papirclips ind i nulstillingsknappen bag på apparatet (se "Generel beskrivelse").
Jeg vil tilslutte min ny smartphone til mit tilsluttede Sleep & Wake-Up Light. Hvad skal jeg gøre?	<p>Hvis din mobiltelefon stadig er forbundet til Sleep & Wake-Up Light, skal du først fjerne forbindelsen i appen. Dette gøres under fanen "mere" ved at vælge "Glem enhed".</p> <p>Installer appen igen på din nye mobiltelefon. Angiv i appen, at du allerede har installeret det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light, og følg instruktionerne i appen.</p>

Problem	Løsning
Jeg kan ikke bruge appen til at indstille alarmer eller styre det tilsluttede Sleep & Wake-Up Light.	<p>Kontrollér først, at dit Sleep & Wake-Up Light er tilsluttet til et Wi-Fi-netværk. Hvis du har fuldført Wi-Fi-opsætningen via Philips SleepMapper-appen og har tilsluttet apparatet til et specifikt Wi-Fi-netværk, bør du se et konstant Wi-Fi-symbol på apparatets display, øverst i højre hjørne. .</p> <p>Kontrollér først, at Wi-Fi er aktiveret på din mobiltelefon og router. Hvis du ser ikonet for deaktiveret Wi-Fi  på apparatets display, skal du først aktivere Wi-Fi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Din mobiltelefon kan have oprettet forbindelse til et andet Wi-Fi-netværk. Kontrollér, at din mobiltelefon og apparatet er tilsluttet det samme Wi-Fi-hjemmenetværk. <p>Hvis du får vist ikonet for problemer med Wi-Fi-forbindelsen, , kan det skyldes et af de følgende problemer.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrollér indstillingerne for dit Wi-Fi-netværk på routeren. Det kan skyldes, at UPnP (Universal Plug and Play) ikke er aktiveret på routeren. Aktivér denne indstilling på routeren. 2. Kontrollér Wi-Fi-signalstyrken. Hvis signalet er svagt, kan apparatet ikke oprette en solid forbindelse. Flyt apparatet tættere på routeren for at sikre, at der er et godt Wi-Fi-signal. 3. Du har muligvis ændret adgangskoden til Wi-Fi-hjemmenetværket eller installeret en ny router. <p>Hvis de foregående trin ikke løser problemet, kan du overveje følgende:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gendan standardindstillingerne ved at presse enden af en papirclips ind i nulstillingsknappen bag på apparatet (se "Generel beskrivelse"). Denne nulstilling fjerner alle personlige indstillinger. 2. Hvis de tidligere trin ikke er problemet, bedes du kontakte dit lokale Philips Kundecenter.
Jeg har en ny router/en ny Wi-Fi-adgangskode/et nyt Wi-Fi-netværk, og jeg ønsker at forbinde min tilsluttede Sleep & Wake-Up Light til det. Hvad skal jeg gøre?	<p>Følg disse trin for at konfigurere en forbindelse igen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. I SleepMapper-appen skal du gå til fanen "Mere" og klikke på "Vis enhedsoplysninger" og vælge "Glem enhed". 2. Tryk på Wi-Fi-ikonet i 8 sekunder i indstillingsmenuen på dit Sleep & Wake-Up Light. Du ser ikonet for adgangspunkttilstand  på displayet. 3. Åbn appen igen, gå til fanen "Mere", og vælg "Tilføj en ny enhed". Følg vejledningen i appen.

Generel fejlfinding


Problem	Løsning
Ikonet på displayet eller lyset på apparatet reagerer ikke, når jeg forsøger at indstille de forskellige funktioner.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kobl apparatet fra strømkilden ved at tage adapteren ud af stikkontakten. Vent 10 sekunder, og tilslut apparatet igen. Begynd forfra. 2. Hvis det ikke hjælper at genstarte apparatet, skal du gendanne standardindstillingerne ved at trykke enden af en papirclips ind i nulstillingsknappen bag på apparatet (se "Generel beskrivelse"). Bemærk, at alle personlige indstillinger (indstillet alarm osv.) slettes, når fabriksindstillingerne gendannes. <p>Hvis apparatet stadig ikke virker, bedes du kontakte dit lokale Philips Kundecenter.</p>

Problem	Løsning
Lampen tændes ikke, når alarmen går i gang.	Måske har du valgt en lysintensitet, der er for lav. Sæt lysintensiteten op i din vækkeprofil. Måske har du slået alarmfunktionen fra. Alarmikonet vises på displayet, når alarmen er aktiv.
Lampen lyser ikke op med det samme, når jeg tænder for den.	Det kan tage mellem 1 og 5 sekunder at tænde lampen, afhængigt af den valgte lysintensitet.
Jeg kan ikke høre vækkelyden, når alarmen går i gang.	Måske har du valgt et lydniveau, der er for lavt. Du indstiller til et højere lydniveau ved at forøge lydniveauet for vækkelyden i din vækkeprofil. Når du har indstillet en alarm, vil du først se lyset for vækkekurven. Alarmlyden begynder ikke at lyde, inden den indstillede alarmtid er nået. Du kan ændre varigheden af kurven for vækkelyset. Hvis du har valgt FM-radio som alarmlyd, skal du tænde FM-radioen, når du har deaktiveret alarmen, for at kontrollere, at FM-radioen virker. Kontrollér, om FM-radioen er korrekt indstillet på en radiostation. Ellers skal frekvensen indstilles. Hvis radioen stadig ikke virker, bedes du kontakte dit lokale Philips Kundecenter.
FM-radioen virker ikke eller udsender en knasende lyd.	Kontrollér, om FM-radioen er korrekt indstillet på en radiostation. Ellers skal frekvensen indstilles. Drej antennen i en anden retning. Kontrollér, at antennen er helt rullet ud. Måske er radiosignalet svagt. Indstil frekvensen, og/eller drej antennen i en anden retning. Kontrollér, at antennen er helt rullet ud.
Alarmen gik i gang i går, men ikke i dag.	Du har måske slået alarmfunktionen fra eller kun indstillet alarmen til en bestemt dag. Alarmikonet vises på displayet, når alarmen er indstillet til inden for 24 timer. I Philips SleepMapper-appen har du flere muligheder for at indstille alarmer, måske var alarmen ikke indstillet korrekt. Kontrollér, at du har indstillet alarmen korrekt. Sørg for, at apparatet og appen er tilsluttet til det samme Wi-Fi-netværk, når du indstiller en alarm.
Jeg ville bruge snooze-funktionen, men alarmen gik ikke i gang igen efter 9 minutter.	Du har måske ved en fejl trykket på dette ikon  på displayet for at afvise alarmen. Dette deaktiverer alarmen for den pågældende dag. Tryk oven på apparatet for at snooze.
Lyset vækker mig for tidligt eller for sent.	Måske er den lysintensitet, du har indstillet, ikke den, der passer bedst til dig. Prøv en lavere lysintensitet, hvis du vågner for tidligt, eller en højere lysintensitet, hvis du vågner for sent. Du kan også ændre varigheden af kurven for vækkelyset. Hvis lysintensitet 1 ikke er lav nok, kan du flytte apparatet længere væk fra sengen. Hvis lysintensiteten ikke er høj nok til at vække dig, skal du sørge for at lyset fra apparatet ikke blokeres af et andet objekt, og at apparatet er placeret i nærheden.
Jeg kan ikke slå funktionen Midnight Light til eller fra.	Sørg for, at du trykker det rigtige sted (øverst på bagsiden) på apparatet.

Problem	Løsning
Jeg kan ikke streame musik via USB.	USB-stikket er kun beregnet til opladning af mobiltelefonen. Du kan ikke streame musik til den tilsluttede Sleep & Wake-Up Light.
AUX-stikket fungerer ikke korrekt.	Prøv at skrue op eller ned for lydstyrken på din mobiltelefon. Prøv eventuelt også at justere lydstyrken på apparatet.
Apparatet udsender pludselig en biplyd.	Det er backup-alarmen, der er gået i gang. Det kan ske op til 8 timer, efter strømmen er blevet afbrudt, og der er en indstillet alarm, der udløses. Alarmlyden stopper automatisk efter ca. 1 minut. Du kan også straks stoppe alarmlyden, hvis du tænder for strømmen til apparatet et kort øjeblik. Du kan undgå, at backup-alarmen bliver udløst, når strømmen er slukket (f.eks. i forbindelse med opbevaring) ved at slå alarmerne fra, inden du slukker for strømmen.


Specifikationer

Adapter

Producent	PHILIPS	
Typenummer	HF20	
Nominel indgangsspænding	100 – 240 V AC	
Nominel indgangsfrekvens	50 / 60 Hz	
Nominel udgangsspænding	24,0 V DC	
Nominel udgangsstrøm	0,75 A	
Nominel udgangseffekt	18,0 W	
Ubelastet effekt	< 0,1 W	
Effektivitetsklasse	VI	
Sikkerhedsklassificering	Klasse II strømforsyning	
Dimensioner (højde x bredde x dybde)	35 x 78 x 66 mm	
Vægt	ca. 0,12 kg	
Ledningslængde	Ca. 150 cm	

Hovedenhed

Producent	PHILIPS
Typenummer	HF3670, HF3671, HF3672
Nominel indgangsspænding	24 V DC

Indgangsstrøm (min.)	0,75 A	
Nominel indgangseffekt	18 W	
Strømforbrug i standby – apparat (hovedenhed + adapter)	< 2 W (Wi-Fi til og display indstillet til maksimumlys) < 1 W (Wi-Fi fra og display indstillet til maksimumlys) < 0,5 W (Wi-Fi slukket og display slået fra)	
Betingelser: nat (12 t / 0 lux), dag (12 t / 500 lux), alle funktioner slået fra		
Sikkerhedsklassificering	Klasse III-armatur	
Dimensioner (højde x bredde x dybde)	Ca. 225 x 220 x 120 mm	
Vægt	Ca. 0,78 kg	
Porte		
Opladning med USB	5 V DC, 1 A	
AUX-følsomhed	280 mV	
Lys		
Lyseffekt (niveau 1 – 25)	Cirka 1 lux til 350* lux på 45 cm afstand *afhængigt af model	
Lysfarve (niveau 1 – 25)	Cirka 1.500 K til 2.800 K	
FM		
FM-frekvensbånd	87,5 MHz – 108,0 MHz	
Wi-Fi		
Driftsfrekvens (kanal 1 – 13)	2412 MHz – 2472 MHz	
Modulationstype	IEEE 802.11b, 802.11g, 802.11n	
RF-udgangseffekt	Maks. 20 dBm	
AmbiTrack-sensorer		
Lyssensor	0 lux til 2500 lux	
Temperatursensor	0 °C til 50 °C	
Luftfugtighedssensor	0 % til 100 % (relativ luftfugtighed)	
Lydniveausensor	30 dBA til 70 dBA	

Driftsomgivelser

Temperatur	5 °C til 35 °C
Relativ luftfugtighed	20 % til 90 % (ingen kondensdannelse)
Atmosfærisk tryk	86 kPa til 106 kPa

Opbevaringsforhold

Temperatur	-20 °C til 50 °C
Relativ luftfugtighed	20 % til 90 % (ingen kondensdannelse)
Atmosfærisk tryk	86 kPa til 106 kPa

Open source- og tredjepartssoftware

En kopi af open source-softwaren og licensaftalen for den tredjepartssoftware kan findes på webstedet www.philips.com/support

Søg efter enhedsnummer

HF3670/HF3671/HF3672/HF3650/HF3651/HF3652/HF3653/HF3654 på siden med teknisk dokumentation for produktet.

Inhalt

Einführung	50
Allgemeine Beschreibung	50
Vorgesehener Verwendungszweck	50
Die Wirkung des Sleep & Wake-Up Light	51
Wichtige Sicherheitsinformationen	51
Sicherheit und Einhaltung von Normen	53
Elektromagnetische Felder (EMF)	53
Interaktive Menüsymbole	53
WLAN-Verbindung des Geräts	54
Navigation durch das Menü	56
Einstellung der Weckprofile	56
Uhrzeit + Wecker Backup	58
Schlummerfunktion	58
Wecksignal ausschalten	58
Verwenden des Geräts als Nachttischlampe	58
Nachtlicht	59
Einstellungen	59
Musik hören	61
Entspannungsprogramme	62
Sonnenuntergangssimulation	62
RelaxBreathe	63
Einschlaffunktion	64
Mobiltelefon aufladen	64
Reinigung und Aufbewahrung	65
Recycling	65
Garantie und Support	65
Fehlerbehebung	65
Technische Daten	69
Open-Source- und Drittanbietersoftware	71

Einführung

Herzlichen Glückwunsch zu Ihrem Kauf und willkommen bei Philips! Um die Unterstützung von Philips optimal nutzen zu können, sollten Sie Ihr Produkt unter www.philips.com/welcome registrieren.

Das Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Light lässt Sie angenehmer aufwachen. Das Licht bereitet ihren Körper sanft auf das Aufwachen zur eingestellten Zeit vor und kann von natürlichen Wecktönen oder dem UKW-Radio begleitet werden.

Dank lichtgeführter Atmungsfunktion, individueller Sonneneinstellungen, Verfolgung der Schlafzimmer-Umgebungsbedingungen und verschiedener anderer Funktionen ist dieses connected Sleep & Wake-Up Light der perfekte Begleiter für Ihr Schlafzimmer.

Hinweis: Die Philips SleepMapper App erschließt zusätzliche Funktionen. Diese Funktionen werden in der App erläutert.

Wenn das Gerät aktualisiert wird, indem es über die App mit dem WLAN verbunden wird, sind die Informationen in diesem Dokument möglicherweise nicht auf dem neuesten Stand. Die aktuelle Version der Bedienungsanleitung finden Sie unter www.philips.com/support, indem Sie nach der Modellnummer Ihres Geräts suchen.

Allgemeine Beschreibung

Die Ziffern in dieser Liste beziehen sich auf die nummerierten Elemente in der Übersicht.

- 1 Lampengehäuse
- 2 Display
- 3 Schalldrucksensor
- 4 USB-Ladeanschluss
- 5 Rückstelltaste
- 6 Radioantenne
- 7 AmbiTrack-Sensor: Luftfeuchtigkeits- und Temperatursensor
- 8 AUX-Anschluss
- 9 DC-Adapteranschluss
- 10 Lautsprecher
- 11 Schlummer/Nachtlicht
- 12 Adapter
- 13 Gerätestecker

Vorgesehener Verwendungszweck

Das Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Light soll Ihnen ein natürlicheres, erholteres Aufwachen und ein entspanntes Gefühl vor dem Einschlafen ermöglichen.

Dies ist kein allgemeines Beleuchtungsprodukt.

Die Wirkung des Sleep & Wake-Up Light

Das Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Light bereitet Ihren Körper in den letzten 30 Minuten des Schlafs sanft auf das Aufwachen vor. In den frühen Morgenstunden sind unsere Augen lichtempfindlicher als während der Wachphasen am Tag. In dieser Phase bereitet sich der Körper dank der relativ geringen Lichtintensität eines simulierten Sonnenaufgangs auf das Aufwachen und Munterwerden vor.

Durch die Anwendung des Geräts werden Sie leichter wach und fühlen sich morgens wohler und energiegeladener. Da die Lichtempfindlichkeit bei jedem Menschen unterschiedlich ist, können Sie die Lichtintensität Ihres Geräts so einstellen, dass sie Ihrer Lichtempfindlichkeit für einen optimalen Start in den Tag am besten entspricht.

Um die Wirkung des connected Sleep & Wake-Up Light voll und ganz zu erleben, stellen Sie das Gerät etwa 40 – 50 cm von Ihrem Kopf entfernt auf einer ebenen, stabilen Fläche Ihres Nachttischs auf.

Weitere Informationen zum connected Sleep & Wake-Up Light finden Sie unter www.philips.com.

Wichtige Sicherheitsinformationen

Lesen Sie diese wichtigen Informationen vor dem Gebrauch des Geräts aufmerksam durch und bewahren Sie sie für eine spätere Verwendung auf.

Gefahr



- Wasser und Elektrizität sind eine gefährliche Kombination! Benutzen Sie dieses Gerät nicht in feuchter Umgebung (z. B. im Badezimmer, in der Nähe einer Dusche oder eines Schwimmbeckens).
- Halten Sie das Netzteil trocken.
- Dieses Gerät ist nur für den Gebrauch in Innenräumen vorgesehen.
- Achten Sie darauf, dass kein Wasser in das Gerät gelangt oder darüber verschüttet wird.
- Tauchen Sie das Gerät niemals in Wasser. Spülen Sie es auch nicht unter fließendem Wasser ab.
- Stellen Sie nichts in die Nähe des Geräts, das dazu führen könnte, dass Wasser oder andere Flüssigkeiten auf das Gerät tropfen oder spritzen.
- Der Adapter enthält einen Transformator, der unsichere 100–240 V Wechselstrom-Netzspannung in sichere 24 V Gleichstrom-Niederspannung umwandelt. Ersetzen Sie den Adapter keinesfalls durch einen anderen Stecker, da dies den Benutzer gefährden kann.

Warnhinweis

- Verwenden Sie das Gerät keinesfalls, wenn das Lampengehäuse beschädigt oder zerbrochen ist oder fehlt.

- Wenn der Adapter, das Netzkabel oder das Gerät in irgendeiner Weise beschädigt sind, Flüssigkeit über dem Gerät verschüttet wurde oder Gegenstände in und/oder auf das Gerät gefallen sind, das Gerät Regen oder Feuchtigkeit ausgesetzt wurde oder nicht ordnungsgemäß funktioniert oder fallen gelassen bzw. beschädigt wurde, darf das Gerät nicht betrieben werden.
- Wenn Sie sich zu irgendeinem Zeitpunkt während der Anwendung von RelaxBreathe bei der Atemübung unwohl fühlen, gehen Sie zurück zur normalen Atmung.
- Benutzen Sie das Gerät nur mit dem mitgelieferten Adapter.
- Wenn das Netzteil beschädigt ist, darf es nur durch ein Original-Ersatzteil ausgetauscht werden, um Gefahren zu vermeiden.
- Dieses Gerät ist für Benutzer (einschl. Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder psychischen Fähigkeiten bzw. ohne jegliche Erfahrung oder Vorwissen nur dann geeignet, wenn eine angemessene Aufsicht oder ausführliche Anleitung zur Benutzung des Geräts durch eine verantwortliche Person sichergestellt ist.
- Wenn Sie in der Vergangenheit Depressionen hatten oder im Moment daran leiden, konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie das Gerät benutzen.
- Benutzen Sie dieses Gerät nicht, um Ihre Schlafzeit zu verkürzen. Der Zweck dieses Geräts ist es, Ihnen das Aufwachen zu erleichtern. Es verringert jedoch nicht Ihren Schlafbedarf.

Achtung

- Prüfen Sie, bevor Sie das Gerät in Betrieb nehmen, ob die Spannungsangabe auf dem Gerät mit der örtlichen Netzspannung übereinstimmt.
- Achten Sie darauf, nicht auf das Netzkabel zu treten oder es zu knicken. Dies gilt insbesondere an Steckern, Steckdosen oder am Austritt von der Lampe.
- Um einen irreparablen Schaden des Adapters zu vermeiden, verwenden Sie den Adapter nicht in oder in der Nähe einer Wandsteckdose, an die ein elektrischer Lüfterfrischer angeschlossen ist.
- Lassen Sie das Gerät nicht fallen, und setzen Sie es keinerlei schweren Stößen aus.
- Stellen Sie das Gerät auf eine stabile, ebene und rutschfeste Oberfläche.
- Beeinträchtigen Sie nicht die Kühlung des Geräts, indem Sie das Gerät mit Gegenständen wie Decken, Gardinen, Kleidung, Papieren usw. abdecken.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei Zimmertemperaturen unter 5° C oder über 35° C.
- Das Gerät hat keinen Ein-/Ausschalter. Um das Gerät auszuschalten, ziehen Sie das Netzteil aus der Steckdose. Der Adapter und die Steckdose müssen jederzeit leicht erreichbar sein.
- Dieses Gerät ist nur für den häuslichen Gebrauch oder in ähnlichem Umfeld, wie z. B. im Hotel, geeignet.
- Es dürfen keine offenen Feuerquellen wie brennende Kerzen auf dem Gerät abgestellt werden.
- Die LEDs in diesem Wake-Up Light sind nicht austauschbar. Wenn sie das Ende ihrer Lebensdauer erreichen, muss das gesamte Wake-Up Light ersetzt werden.

Allgemeines

- Wenn Sie oft zu früh oder mit Kopfschmerzen aufwachen, verringern Sie die eingestellte Lichtintensität und/oder die eingestellte Dauer der Sonnenaufgangssimulation.
- Wenn Sie oft durch den Weckton geweckt werden, erhöhen Sie die eingestellte Lichtintensität und/oder die eingestellte Dauer der Sonnenaufgangssimulation.
- Wenn eine weitere Person im Zimmer schläft, kann diese Person unbeabsichtigt durch das Wake-Up Light geweckt werden, obwohl sie weiter vom Gerät entfernt ist. Das liegt daran, dass Menschen unterschiedlich stark auf Licht reagieren.
- Der Stromverbrauch des Geräts ist am niedrigsten, wenn kein Gerät über den USB-Anschluss gekoppelt ist und die Lampe, das Radio, das Display und die WLAN-Funktion ausgeschaltet sind.

Sicherheit und Einhaltung von Normen

Dieses Gerät entspricht den EU-Sicherheitsanforderungen für:

- IEC 60598: Leuchten.
- IEC 62471: Fotobiologische Sicherheit von Lampen und Lampensystemen.
- IEC 62368: Geräte der Audio-/Video-, Informations- und Kommunikationstechnik.

Elektromagnetische Felder (EMF)

Dieses Philips Gerät erfüllt sämtliche Normen und Vorschriften bezüglich der Gefährdung durch elektromagnetische Felder.

Interaktive Menüsymbole

	Weckprofil/Wecker		Lichtintensität und Licht ein/aus		Rückkehr zur vorhergehenden Menüebene (eine Ebene höher)
	Einstellungen		Töne		Bestätigen und Speichern der Einstellung
	Entspannungsprogramm		AUX-Buchse		Radio
	WLAN aktivieren		WLAN deaktivieren		Einstellungen der Weckfunktion ändern
	Display-Einstellungen und Anzeigehelligkeit		Naturgeräusch auswählen		Wecksignal ausschalten
	Display-Timeout aktivieren		Display-Timeout deaktivieren		Wecksignal deaktivieren

 Akustisches Feedback aktivieren	 Akustisches Feedback deaktivieren	 Führung mit Licht oder Ton
 Sonnenuntergangssimulation	 Dauer des Aufwachprofils	 Weckprofil löschen
 Wochentage	 RelaxBreathe	 RelaxBreathe-Geschwindigkeit
 Wochentag auswählen	 Wochentag abwählen	 Dauer eines Programms
 Start-Einschlafzeit	 Programm starten	 Programm stoppen

WLAN-Verbindung des Geräts

Wenn das Gerät aktualisiert wird, indem es über die App mit dem WLAN verbunden wird, sind die Informationen in diesem Dokument möglicherweise nicht auf dem neuesten Stand. Die aktuelle Version der Bedienungsanleitung finden Sie unter www.philips.com/support. Philips behält sich das Recht zur Aktualisierung der Firmware des Geräts vor.



Einfache WLAN-Einrichtung



Laden Sie die Philips SleepMapper App von Google Play oder aus dem App Store auf Ihr Mobiltelefon herunter. Ob Ihr Mobiltelefon mit der App kompatibel ist, ersehen Sie aus den Informationen in Google Play oder im App Store. Sie können ganz einfach die WLAN-Verbindung zu Ihrem connected Sleep & Wake-Up Light einrichten.



Die Einrichtungsschritte, um Sleep & Wake-Up Light zu installieren und mit Ihrem WLAN-Heimnetzwerk zu verbinden, brauchen nur einmal ausgeführt zu werden. Diese Einrichtung dauert ca. 5 bis 10 Minuten.

Einrichtungsassistent des connected Sleep & Wake-Up Light

- 1 Wenn Sie Ihr connected Sleep & Wake-Up Light zum ersten Mal verwenden, wird auf dem Gerät ein Einrichtungsassistent gestartet.
 - 2 Wählen Sie zuerst Ihre Sprache auf dem Display des Geräts, und fahren Sie dann in der App fort. Achten Sie darauf, dass die App auf Ihrem Mobiltelefon geöffnet ist.
 - 3 Befolgen Sie die Anweisungen in der App, um Ihr Gerät mit dem WLAN-Netzwerk zu verbinden. Falls Probleme beim Verbinden des Geräts auftreten, lesen Sie im Support-Abschnitt in der App nach, oder überprüfen Sie die im Abschnitt „Fehlerbehebung“ in dieser Bedienungsanleitung (siehe „Fehlerbehebung“) angegebenen Punkte.
- Wenn Sie zuvor gewählt haben, Ihr Gerät ohne die App einzurichten, dies jetzt aber mit der App durchführen möchten, drücken Sie das WLAN-Symbol  im Einstellungsmenü des Geräts. Das Symbol für den Zugangspunkt-Modus  wird auf dem Display angezeigt. Öffnen Sie zur Verbindungsherstellung die App auf Ihrem Mobiltelefon.





- Wenn Sie Änderungen an Ihrem WLAN-Heimnetzwerk vorgenommen oder Ihr Passwort geändert haben, halten Sie das WLAN-Symbol  im Einstellungsmenü des Geräts 8 Sekunden lang gedrückt. Das Symbol für den Zugangspunkt-Modus  wird auf dem Display angezeigt. Öffnen Sie zur Verbindungsherstellung die App auf Ihrem Mobiltelefon.

Das WLAN-Verbindungssymbol wird möglicherweise auf dem Display angezeigt, wenn keine Verbindung hergestellt werden kann. Überprüfen Sie den Abschnitt "Fehlerbehebung", um das Problem zu beheben.

Hinweis: Die App auf Ihrem Mobiltelefon und Ihr connected Sleep & Wake-Up Light können NUR miteinander kommunizieren, wenn beide Geräte mit demselben WLAN-Heimnetzwerk verbunden sind. Bei Inkompatibilität Ihres Smartphones mit der App ist die Fernsteuerung des Geräts (z. B. Einstellung einer Weckzeit) über die App nicht möglich.

AmbiTrack-Sensoren

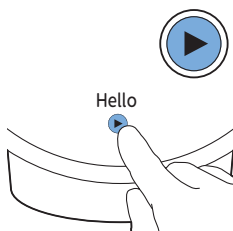
Das connected Sleep & Wake-Up Light erfasst mit den AmbiTrack-Sensoren die Umgebungswerte. AmbiTrack-Sensoren messen die Werte für Licht, Luftfeuchtigkeit, Temperatur und Schalldruckpegel. Diese Faktoren können Ihren Schlaf beeinträchtigen. Nur in der App sehen Sie weitere Informationen über die empfohlenen Werte für die idealen Schlafbedingungen. Die Messungen der Sensoren können durch die Umgebung des Geräts beeinflusst werden. Wenn Sie beispielsweise das Gerät neben ein Fenster oder in der Nähe von Heizkörpern oder anderen Wärmequellen aufstellen, erfassen die Temperatur- und Feuchtigkeitssensoren möglicherweise nicht die Temperatur/Luftfeuchtigkeit im gesamten Raum.

Einrichten des Geräts ohne die App

Sie können das Sleep & Wake-Up Light ohne die App einrichten. Bevor Sie das Gerät verwenden können, muss ein Einrichtungsassistent auf dem Gerät ausgeführt werden. Sie können das Gerät später mit der App verbinden.

Damit Sie alle Funktionen der App bestmöglich nutzen können, sollten Sie Ihr Gerät unbedingt mit der SleepMapper-App einrichten.

- 1 Beginnen Sie den Einrichtungsassistenten, indem Sie auf das "Start"-Symbol auf dem Display des Geräts tippen.
- 2 Sie werden durch den Einrichtungsassistenten auf dem Gerät geführt, wo Sie die gewünschten Einstellungen, ein Aufwachprofil und ein Entspannungsprogramm festlegen.



Hinweis: Das Aufwachprofil und das Entspannungsprogramm können später eingestellt werden. Überspringen Sie diese Einstellungen, indem Sie mehrmals auf den Pfeil tippen. Wir empfehlen jedoch, Ihr Aufwachprofil und Ihr Entspannungsprogramm während der Einrichtung einzustellen. Dadurch lernen Sie die unterschiedlichen Funktionen des Geräts besser kennen.

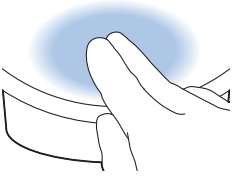
Navigation durch das Menü

Wenn Sie Ihr Gerät mithilfe von der SleepMapper App oder durch den Einrichtungsassistenten (siehe „Einrichten des Geräts ohne die App“) auf dem Gerät eingerichtet haben, sehen Sie das Menü, wie in den folgenden Abschnitten beschrieben.



Auf dem Display des Geräts können Sie das Aufwachprofil, die Nachttischlampe, Einstellungen, den Ton (Quelle) oder das Entspannungsprogramm auswählen und festlegen.

Hinweis: Wenn auf dem Display nichts angezeigt wird, bewegen Sie Ihre Hand zum unteren Bereich des Geräts. Das Displaymenü wird nun sichtbar. Die Menüsymbole werden angezeigt.



Bestätigen und Speichern von Einstellungen

All Ihre personalisierten Einstellungen und Profile werden dauerhaft gespeichert. Sie können sie jederzeit ändern. Drücken Sie das Häkchensymbol, um die gewünschte Profil- oder Einstellungsänderung in einem beliebigen Menü zu bestätigen und zu speichern.

Hinweis: Ihre personalisierten Einstellungen und Profile gehen nicht verloren, wenn Sie den Adapter aus der Steckdose ziehen.

Einstellung der Weckprofile



In Ihrem Aufwachprofil auf dem Gerät können Sie die Weckzeit, die maximale Lichtintensität und die bevorzugte Art des Wecktons einstellen. Insgesamt können Sie im Menü des Geräts zwei verschiedene Weckprofile einstellen. Mit der SleepMapper App können Sie weitere Aufwachprofile einstellen.

Hinweis: Das Hauptdisplay des Geräts zeigt die eingestellte Weckzeit an, wenn ein Wecksignal aktiviert ist.

Hinweis: Um die Weckfunktion zu deaktivieren, halten Sie das Wecksymbol im Hauptmenü gedrückt.



- 1 Mithilfe der Pfeilsymbole (◀ ▶) können Sie zwischen verschiedenen Weckprofilen des Geräts wechseln.
- 2 Deaktivieren Sie die Weckfunktion durch Drücken des Symbols Wecksignal deaktivieren (🔕).
- 3 Drücken Sie das Symbol für die Einstellungen der Weckfunktion (⚙️), um das Einrichtungs Menü für das Weckprofil zu öffnen.

Weckzeit und -tag



In diesem Menü können Sie die Zeit ändern, indem Sie die Tasten + oder - drücken. Die Weckfunktion wird automatisch jeden Tag wiederholt.




Sie können auswählen, an welchem Wochentag der Wecker ausgelöst werden soll.

1 Drücken Sie das Kalendersymbol .



2 Die Wochentage werden mit dem ersten Buchstaben des Tages angezeigt. Wenn eine Weckfunktion für den jeweiligen Tag aktiviert ist, wird der Buchstabe hell angezeigt. Mithilfe der Pfeilsymbole können Sie zwischen den Wochentagen wechseln.




3 Um den Wecker für einen bestimmten Tag zu deaktivieren, drücken Sie das -Symbol. Wenn für einen bestimmten Tag keine Weckfunktion aktiviert ist, ist der Buchstabe dieses Tages nur schwach sichtbar.

Lichtintensität des Aufwachprofils



Die Lampe des Geräts simuliert einen Sonnenaufgang. Wie bei einem Sonnenaufgang nimmt die Helligkeit der Lampe nach und nach zu. Während dieser Aufwachkurve wechselt die Farbe des Lichts von einem weichen Rot über ein warmes Orange bis zu einem Hellgelb.



Drücken Sie das Symbol  auf dem Display, um eine der 25 Lichtintensitäten zu wählen.

Dauer des Aufwachprofils



Die Standarddauer der Aufwachkurve (Ansteigen der Helligkeit auf das Maximum) beträgt 30 Minuten. Die Dauer kann ganz nach Wunsch geändert werden, indem Sie auf das Symbol auf dem Gerät drücken.



Tonarten



Drücken Sie dieses Symbol, um das Menü mit den Tönen zu öffnen und den Ton des Weckprofils festzulegen.



1 Drücken Sie das Umschaltsymbol , um eine der drei Töneoptionen auszuwählen: Naturgeräusche, Radio oder kein Ton.

2 Drücken Sie das Symbol für Naturgeräusche , um eines der Naturgeräusche auszuwählen, oder drücken Sie das Radiosymbol , um eine der Radiovoreinstellungen auszuwählen.

3 Sie können die Lautstärke mit dem Lautsprechersymbol  einstellen.

Weckprofil entfernen



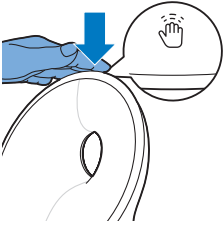
Drücken Sie auf dieses Symbol , um die Weckfunktion zu ändern. Zum Entfernen eines Weckprofils drücken Sie .

Uhrzeit + Wecker Backup

Bei einem Stromausfall ist das Gerät, einschließlich des Displays, nicht funktionsfähig. Die interne Uhr und ein Reservewecker bleiben jedoch mindestens 8 Stunden aktiv.

Wenn während des Stromausfalls die eingestellte Weckzeit erreicht wird, wird der Reservewecker ausgelöst und gibt ca. eine Minute lang einen Signalton aus.

Schlummerfunktion



Wenn die Aufwachkurve beendet ist (maximale Lichtintensität erreicht) und der Weckton abgespielt wird, können Sie auf die Oberseite des Geräts tippen, um die Schlummerfunktion zu aktivieren.

Die Lampe bleibt eingeschaltet, aber der Weckton wird stummgeschaltet. Die Dauer der Schlummerzeit kann in der App eingestellt werden. Die Standardeinstellung beträgt 9 Minuten. Nach 9 Minuten wird der Weckton erneut abgespielt.

Hinweis: Licht und Ton schalten sich automatisch 60 Minuten nach dem Ende des Wecksignals oder 60 Minuten nach der letzten Aktivierung der Schlummerfunktion aus.

Wecksignal ausschalten




Wenn die Weckkurve aktiv ist oder das Wecksignal ausgelöst wurde, können Sie die Weckfunktion ausschalten, indem Sie auf dieses Symbol des Geräts drücken. Wenn Sie das Wecksignal ausschalten, ist das zugehörige Weckprofil für diesen Tag deaktiviert.

Verwenden des Geräts als Nachttischlampe



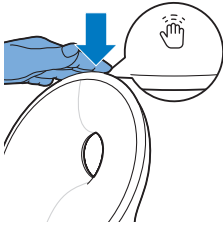
Sie können das connected Sleep & Wake-Up Light als Nachttischlampe verwenden.

Drücken Sie das Nachttischlampensymbol  auf dem Display, um die Nachttischlampe einzuschalten.

Hinweis: Sie können die Lichtintensität erhöhen und verringern. Sie können eine Helligkeitsstufe zwischen 1 (niedrig) und 25 (hoch) auswählen. Der Standardwert für die Helligkeit beträgt 20.

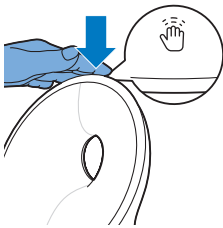


Zum Ausschalten des Lichts drücken Sie auf das durchgestrichene Symbol im Menü.



Hinweis: Wenn das Licht eingeschaltet ist, können Sie dies auch mit einem einzelnen Tippen auf die Oberseite des Geräts ausschalten. Alle aktiven Programme werden beendet. Die Weckfunktion bleibt aktiv.

Nachtlicht



Wenn Sie nachts aufwachen, können Sie auf die Oberseite des Geräts tippen, um ein gedämpftes Licht einzuschalten. Das gedämpfte, leicht orange Licht sorgt dafür, dass es gerade hell genug ist, um sich in der Dunkelheit zurechtfinden zu können. Tippen Sie erneut auf die Oberseite des Geräts, um das Nachtlicht auszuschalten.

Hinweis: Das Nachtlicht kann nicht direkt aktiviert werden, wenn das Hauptlicht bereits eingeschaltet ist. In diesem Fall tippen Sie zuerst auf den oberen Teil des Geräts, um das Hauptlicht auszuschalten. Tippen Sie dann erneut, um das Nachtlicht einzuschalten.

Einstellungen



Drücken Sie das Einstellungssymbol, um das Einstellungsmenü zu öffnen.

Hinweis: Halten Sie das Einstellungssymbol 8 Sekunden lang gedrückt, um ein neues Menü zu öffnen, das die Auswahlmöglichkeit für VERSION (Firmware-Version des Geräts) oder DEMO-Modus (Aufwachkurve im Schnelldurchlauf) enthält.



Im Einstellungsmenü können Sie die Uhrzeit (wenn das WLAN deaktiviert ist), das akustische Feedback und die Anzeigehelligkeit des Geräts einstellen sowie die WLAN-Funktion aktivieren/deaktivieren.

Zeit



Drücken Sie zum Öffnen des Zeitmenüs dieses Symbol.




In diesem Menü können Sie die Zeit ändern, indem Sie die Tasten + oder - drücken.


Drücken Sie das Symbol für die Darstellung der Zeit, um zwischen dem 12-Stunden-Format und dem 24-Stunden-Format zu wechseln.

Hinweis: Diese Option ist nicht verfügbar, wenn das Gerät mit WLAN verbunden ist.

WLAN



Zum Ein- oder Ausschalten der WLAN-Verbindung drücken Sie auf das WLAN-Symbol. Bei deaktiviertem WLAN  werden Aktualisierungen, die in der App vorgenommen wurden, erst nach dem Wiederherstellen der WLAN-Verbindung übernommen.


Hinweis: Halten Sie das WLAN-Symbol  ungefähr 8 Sekunden gedrückt, um zum Zugangspunkt-Modus zurückzukehren. Öffnen Sie den Zugangspunkt-Modus, wenn Sie Ihr Gerät mit einem anderen WLAN-Netzwerk verbinden möchten oder wenn Sie Ihr WLAN-Passwort geändert haben.-



Wenn Sie versehentlich den Zugangspunkt-Modus aktiviert haben, aktivieren Sie die WLAN-Funktion erneut, indem Sie im WLAN-Menü auf das WLAN-Symbol drücken. Ihr connected Sleep & Wake-Up Light merkt sich das Netzwerk, mit dem Sie verbunden waren.

Akustisches Feedback



Wenn Sie nicht möchten, dass ein Klickgeräusch beim Drücken auf ein Symbol ertönt, drücken Sie das Symbol für das akustische Feedback, um das akustische Feedback auszuschalten. Sie hören ein Klicken zur Bestätigung. Um das akustische Feedback wieder zu aktivieren, drücken Sie auf dieses Symbol: .

Display-Einstellungen



Drücken Sie im Einstellungsmenü das Symbol für die Display-Einstellungen, um die Display-Einstellungen festzulegen.



In diesem Menü können Sie die Stufe der Anzeigehelligkeit einstellen und die Display-Timeout-Option auswählen.

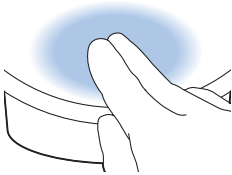
Anzeigehelligkeit

Sie können die Anzeigehelligkeit von Stufe 1 bis Stufe 6 mit dem Plus- und Minus-Symbol einstellen. Wählen Sie eine Stufe, mit der Sie das Display nachts optimal ablesen können. Das Gerät passt die Helligkeit des Displays automatisch an, wenn sich das Umgebungslicht in Ihrem Schlafzimmer ändert.

Display-Timeout



Durch Betätigen des Display-Timeout-Symbols können Sie das Display vollständig ausschalten, falls Sie möchten, dass das Gerät gar kein Licht (einschließlich der Zeitanzeige) abgibt. Das Display geht einige Sekunden nach Ihrer letzten Interaktion mit den Symbolen allmählich aus.



Normalerweise schaltet das Display von allen Menüs auf Zeit- und Statusanzeige um, wenn das Display für einige Zeit nicht berührt wird. Wenn das Display-Timeout aktiviert ist, wird keine Zeit angezeigt.

Drücken Sie das Symbol für Display-Timeout deaktivieren, um das Display wieder einzuschalten.

Hinweis: Wenn Sie bei aktiviertem Display-Timeout nachsehen möchten, wie spät es ist, oder eine Funktion auswählen möchten, bewegen Sie Ihre Hand in die Nähe des Displays. Es schaltet sich daraufhin einige Sekunden lang ein.

Musik hören



Drücken Sie das Symbol für Töne, um die bevorzugte Tonquelle auszuwählen.

Hinweis: Halten Sie das Symbol für Töne gedrückt, um den Ton über das Menü zu aktivieren/zu deaktivieren.



Im Menü mit den Tönen können Sie Radio auswählen oder Ihre eigene Musik spielen, indem Sie ein Musikabspielgerät mit dem AUX-Anschluss verbinden.

Hinweis: Wenn das Radio oder Musik eingeschaltet ist, können Sie den Ton mit einem einzelnen Tippen auf die Oberseite des Geräts ausschalten. Alle aktiven Programme werden beendet. Die Weckfunktion bleibt aktiv.

Radio hören



Sie können mit dem Sleep & Wake-Up Light UKW-Radio hören. Wenn Sie die Radiofunktion im Tönenmenü eingestellt haben, zeigt es die ausgewählten Radiosender an. Sie können den Radiosender manuell verändern, indem Sie die UKW-Frequenz eines anderen Radiosenders einstellen.

Hinweis: Vergewissern Sie sich, dass Sie die Antenne vollständig abgewickelt haben und bewegen Sie sie, bis der beste Empfang gewährleistet wird.



Sie können 5 Radiosender voreinstellen. Wählen Sie einen Radiosender mithilfe des Symbols für die UKW-Frequenz-Einstellung (📻) aus. Halten Sie die Doppelpfeiltaste gedrückt, um automatisch den nächsten Radiosender zu suchen.

Nachdem Sie einen Radiosender eingestellt haben, können Sie leicht einen weiteren Radiosender hinzufügen, indem Sie das Umschaltensymbol (↻) betätigen. Auf diese Weise können Sie 5 Radiosender voreinstellen.

Stellen Sie die gewünschte Lautstärke mit dem Lautsprechersymbol (🔊) ein.

Musik über den AUX-Anschluss



Sie können das connected Sleep & Wake-Up Light als Lautsprecher für Musik verwenden, indem Sie ein Musikabspielgerät (zum Beispiel Ihr Mobiltelefon) mit dem AUX-Anschluss verbinden.

Wenn die Maximallautstärke des Geräts nicht ausreicht, erhöhen Sie die Lautstärke an Ihrem Musikabspielgerät.

Wenn der Ton bei niedriger Lautstärkeinstellung des Geräts zu laut oder verzerrt ist, verringern Sie die Lautstärkeinstellung an Ihrem Musikabspielgerät.

Hinweis: Sie benötigen ein AUX-Kabel, um das connected Sleep & Wake-Up Light an ein Musikabspielgerät anzuschließen.

Hinweis: Sie können Musik eines Geräts, das an den AUX-Anschluss angeschlossen ist, nicht als Weckton einstellen.

Entspannungsprogramme



Drücken Sie das Symbol für das Entspannungsprogramm, um das gewünschte Entspannungsprogramm auszuwählen.



Das Gerät bietet zwei Entspannungsprogramme, die Ihnen dabei helfen, sich vor dem Schlafen zu entspannen: Sonnenuntergangssimulation und RelaxBreathe.

Sie können das aktive Entspannungsprogramm deaktivieren, indem Sie auf die Oberseite des Geräts tippen.

Sie können in diesem Menü auch die Einschlaffunktion aktivieren oder deaktivieren.

Sonnenuntergangssimulation



Während der Sonnenuntergangssimulation nimmt die Helligkeit des Lichts allmählich ab, und die Farben ändern sich von einem Hellgelb über ein warmes Orange zu einem weichen Rot.



Drücken Sie das Symbol für die Sonnenuntergangssimulation, um das Einrichtungsmenü für die Sonnenuntergangssimulation zu öffnen.



Drücken Sie „Play“, um die Sonnenuntergangssimulation zu starten. Drücken Sie „Stopp“ (■), oder tippen Sie auf die Oberseite des Geräts, um das Programm zu beenden.



Verwenden Sie dieses Symbol, um die Dauer der Sonnenuntergangssimulation einzustellen. Sie können eine Dauer von 5, 10, 15, 20, 30 oder 45 Minuten auswählen.





Sie können die Lichtintensität für die Sonnenuntergangssimulation mit dem Lichtsymbol ändern.



Drücken Sie das Symbol für Töne, um einen Ton einzustellen, der während der Sonnenuntergangssimulation langsam leiser wird.



Drücken Sie das Umschaltersymbol , um eine der drei Tonoptionen auszuwählen: Naturgeräusche, Radio oder kein Ton. Sie können auch Ihre eigene Musik spielen, indem Sie ein Musikabspielgerät mit dem AUX-Anschluss verbinden.

Drücken Sie das Symbol für Naturgeräusche , um eines der Naturgeräusche auszuwählen.

Sie können die Anfangslautstärke mit dem Lautsprechersymbol  einstellen.

RelaxBreathe




Für RelaxBreathe bildet die Bauchatmungstechnik die Basis für das Atemprogramm. Sie können eines der durch Licht oder Ton geführten Atemprogramme auswählen. Die Kombination aus der Bauchatmungsübung und der Führung des connected Sleep & Wake-Up Light unterstützt Sie dabei zur Ruhe zu kommen und sich entspannt zu fühlen.



Drücken Sie das Symbol für RelaxBreathe, um das Einrichtungsmenü für RelaxBreathe zu öffnen.



Drücken Sie „Play“, um die RelaxBreathe-Sitzung zu starten. Drücken Sie „Stopp“ , oder tippen Sie auf die Oberseite des Geräts, um RelaxBreathe zu beenden.



Drücken Sie dieses Symbol, um die Dauer des Entspannungsprogramms einzustellen. Sie können eine Dauer von 5, 10 oder 15 Minuten auswählen.



Sie können eines von sieben Entspannungsprogrammen mit voreingestellten Atemrhythmen auswählen. Jedes Entspannungsprogramm hat einen anderen Atemrhythmus. Das Programm "4 Atemzüge" umfasst 4 Atemzüge pro Minute. Das Programm "5 Atemzüge" umfasst 5 Atemzüge pro Minute. Jedes weitere Programm umfasst einen weiteren Atemzug pro Minute. Das letzte Programm ("10 Atemzüge") umfasst 10 Atemzüge pro Minute.



Sie können für die Führung durch das ausgewählte Entspannungsprogramm Licht oder Ton auswählen. Folgen Sie dem Licht oder dem Ton, wenn Sie ein- und ausatmen.

- Bei einer Führung mit Licht atmen Sie ein, wenn die Lichtintensität zunimmt. Zwischen den beiden leichten Lichtblitzen halten Sie Ihren Atem an. Atmen Sie aus, wenn die Lichtintensität abnimmt.
- Bei einer Führung mit Ton atmen Sie ein, wenn die Intensität des Wellenrauschens ansteigt. Wenn die Geräuschintensität gleich bleibt, halten Sie den Atem an. Atmen Sie langsam aus, wenn die Intensität des Wellenrauschens abnimmt.

Folgen Sie Ihrem gewünschten Rhythmus mithilfe von Licht oder Ton für ein entspannteres Gefühl. Sie können dies sogar mit geschlossenen Augen tun.

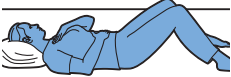
Hinweis: Ein Anleitungsvideo zu RelaxBreathe finden Sie in der App und auf der Philips Website.

Bauchatmung zur Entspannung

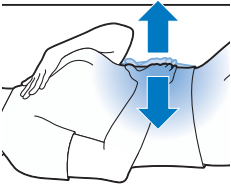
Die Bauchatmung ist die am meisten anerkannte Atemtechnik, die Menschen dabei hilft, sich zu entspannen. Wenn Sie in den Bauch atmen, bewegt sich Ihr Zwerchfell automatisch nach unten. Dadurch bewegt sich auch die Lunge herab und Sie können voll und tief durchatmen.

Achtung: Wenn Sie sich zu irgendeinem Zeitpunkt während dieser Atemübung unwohl fühlen, gehen Sie zurück zur normalen Atmung.

Anleitung zur Bauchatmung



- 1 Legen Sie sich ganz bequem auf den Rücken.
- 2 Atmen Sie durch die Nase ein, und atmen Sie durch die Nase oder den Mund aus.



- 3 Legen Sie eine Hand auf den Bauch und die andere Hand auf die Brust. Die Hand auf dem Bauch sollte sich mit jeder Einatmung auf- und mit jeder Ausatmung abbewegen. Die Hand auf Ihrer Brust sollte sich nur leicht bewegen.
- 4 Ihre Atmung sollte nur von Ihrem Bauch her kommen. Versuchen Sie länger aus- als einzuatmen. Dadurch werden Sie sich schnell entspannter fühlen.

Hinweis: Die RelaxBreathe-Funktion des Geräts kann Sie bei der Bauchatmung führen.

Einschlaffunktion



Sie können Ihr Einschlafverhalten verfolgen, indem Sie vor dem Einschlafen ungefähr 2 Sekunden lang auf die Oberseite des Geräts drücken, um die Einschlaffunktion zu aktivieren. Sie können die Einschlaffunktion auch im Entspannungsmenü aktivieren. Sie können die Einschlaffunktion auch starten, indem Sie in der SleepMapper App auf "Verfolgung starten" drücken.



Ein Mondsymbol auf dem Display des Geräts zeigt an, dass die Verfolgung des Einschlafverhaltens gestartet wurde. Weitere Informationen zur Einschlaffunktion finden Sie in der App.

Mobiltelefon aufladen

Sie können den USB-Anschluss (siehe „Allgemeine Beschreibung“) zum Laden Ihres Mobiltelefons verwenden.

Reinigung und Aufbewahrung

- Reinigen Sie das Gerät mit einem weichen, trockenen Tuch.
- Verwenden Sie keine Scheuermittel, Scheuerschwämme oder Reinigungsflüssigkeiten wie Alkohol, Aceton u. Ä, da diese die Geräteoberfläche beschädigen können.
- Bei längerer Nichtbenutzung des Geräts ziehen Sie den Adapter aus der Steckdose. Bewahren Sie das Gerät an einem sicheren, trockenen Ort auf, an dem es nicht gequetscht, gestoßen oder auf andere Weise beschädigt werden kann.
- Wickeln Sie niemals das Kabel um das Gerät, wenn Sie es verstauen.

Recycling



- Dieses Symbol bedeutet, dass das Produkt nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden kann (2012/19/EU).
- 1 Altgeräte können kostenlos an geeigneten Rücknahmestellen abgegeben werden.
 - 2 Diese werden dort fachgerecht gesammelt oder zur Wiederverwendung vorbereitet. Altgeräte können Schadstoffe enthalten, die der Umwelt und der menschlichen Gesundheit schaden können. Enthaltene Rohstoffe können durch ihre Wiederverwertung einen Beitrag zum Umweltschutz leisten.
 - 3 Die Löschung personenbezogener Daten auf den zu entsorgenden Altgeräten muss vom Endnutzer eigenverantwortlich vorgenommen werden.
 - 4 Hinweise für Verbraucher in Deutschland: Die in Punkt 1 genannte Rückgabe ist gesetzlich vorgeschrieben. Sammel- und Rücknahmestellen in Deutschland: <https://www.stiftung-ear.de/>

Garantie und Support

Wenn Sie Informationen oder einen Service benötigen, besuchen Sie www.philips.com/support oder wenden Sie sich an Ihren Philips Händler. Sie können sich auch an das Philips Service-Center in Ihrem Land wenden. (Die Kontaktdaten finden Sie in der internationalen Garantieschrift.)

Fehlerbehebung

In diesem Kapitel sind die häufigsten Probleme aufgeführt, die beim Gebrauch des Geräts auftreten können. Sollten Sie ein Problem mithilfe der nachstehenden Informationen nicht beheben können, besuchen Sie unsere Website unter: www.philips.com/support und ziehen Sie die Liste „Häufig gestellte Fragen“ hinzu, oder wenden Sie sich an das Philips Consumer Care-Center in Ihrem Land.

Wenn das Gerät aktualisiert wird, indem es über die App mit dem WLAN verbunden wird, sind die Informationen in diesem Dokument möglicherweise nicht auf dem neuesten Stand. Die aktuelle Version der Bedienungsanleitung

finden Sie unter www.philips.com/support. Philips behält sich das Recht zur Aktualisierung der Firmware des Geräts vor.

Fehlerbehebung zur Netzwerkverbindung

Problem	Lösung
Ich kann die App nicht auf mein Mobiltelefon herunterladen.	Die App ist für Mobiltelefone mit den Betriebssystemen Android und iOS verfügbar. Die App ist nicht für Windows Telefone verfügbar.
Ich kann mein Wake-Up Light nicht mit meinem WLAN-Heimnetzwerk verbinden, wie soll ich vorgehen?	<p>Wenn Sie Ihr Wake-Up Light nicht mit Ihrem WLAN-Heimnetzwerk verbinden können und das Symbol für den Zugangspunkt-Modus weiter blinkt (↑), könnte eines der folgenden Probleme vorliegen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Falsches Passwort. Achten Sie darauf, dass Sie das richtige WLAN-Netzwerkpasswort eingegeben, und versuchen Sie es erneut. 2. Ist Ihr Router für die Verbindung mit Ihrem Wake-Up Light geeignet? Ihr Router muss im Frequenzband 2,4 GHz übertragen, um mit dem Gerät zu kommunizieren. Stellen Sie bei der erstmaligen Einrichtung sicher, dass Ihr Mobiltelefon und das Gerät beide mit demselben WLAN-Netzwerk im Frequenzband 2,4 GHz verbunden sind. Andernfalls können Sie das Gerät und Ihr Mobiltelefon nicht verbinden. Das Gerät kann sich nicht mit einem 5-GHz-Netzwerk verbinden. Schalten Sie das 5-GHz-Netzwerk vorübergehend aus, um das Gerät mit dem 2,4-GHz-Netzwerk zu verbinden. Danach können Sie wieder zum 5-GHz-Netzwerk wechseln. 3. Überprüfen Sie die WLAN-Signalstärke. Wenn das Signal schwach ist, kann das Gerät keine ordnungsgemäße Verbindung aufbauen. Bringen Sie das Gerät näher zum Router, um sicherzustellen, dass ein gutes WLAN-Signal verfügbar ist. <p>Wenn diese Schritte das Problem nicht lösen, beachten Sie Folgendes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Stellen Sie die Standardeinstellungen wieder her, indem Sie das Ende einer Büroklammer in die Rücksetztaste auf der Rückseite des Geräts (siehe „Allgemeine Beschreibung“) einführen. Durch das Zurücksetzen werden alle persönlichen Einstellungen entfernt. 2. Wurde das Problem durch die vorherigen Schritte nicht gelöst, wenden Sie sich an das Philips Service-Center in Ihrem Land.
Das Verbinden meines connected Sleep & Wake-Up Light mit einem WLAN-Gastnetzwerk funktioniert nicht.	Die Verwendung Ihres Geräts in einem Gastnetzwerk wird nicht unterstützt. Richten Sie Ihr Gerät daher in einem normalen WLAN-Netzwerk ein.
Wie entferne ich meine persönlichen WLAN-Einstellungen und Weckzeiten vom connected Sleep & Wake-Up Light?	Stellen Sie die Standardeinstellungen wieder her, indem Sie das Ende einer Büroklammer in die Rücksetztaste auf der Rückseite des Geräts (siehe „Allgemeine Beschreibung“) einführen.

Problem	Lösung
Ich möchte mein neues Smartphone mit meinem connected Sleep & Wake-Up Light verbinden. Was muss ich tun?	<p>Wenn Ihr Mobiltelefon noch mit dem Sleep & Wake-Up Light verbunden ist, entfernen Sie zuerst die Verbindung in der App auf der Registerkarte „mehr“, indem Sie „Gerät vergessen“ auswählen.</p> <p>Bitte installieren Sie die App auf Ihrem neuen Mobiltelefon erneut. Geben Sie in der App an, dass Sie das connected Sleep & Wake-Up Light bereits installiert haben, und folgen Sie den Anweisungen in der App.</p>
Ich kann mit der App keine Weckzeiten einstellen oder das connected Sleep & Wake-Up Light kontrollieren.	<p>Prüfen Sie zuerst, ob Ihr Sleep & Wake-Up Light mit einem WLAN-Netzwerk verbunden ist. Wenn Sie die WLAN-Einrichtung über die Philips SleepMapper App fertiggestellt und Ihr Gerät mit einem bestimmten WLAN-Netzwerk verbunden haben, sollte das WLAN-Symbol rechts oben im Hauptdisplay des Geräts ständig leuchten. .</p> <p>Prüfen Sie zuerst, ob WLAN auf Ihrem Mobiltelefon und Router aktiviert ist. Wenn das Symbol für deaktiviertes WLAN  auf dem Display des Geräts angezeigt wird, aktivieren Sie zuerst die WLAN-Funktion.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ihr Mobiltelefon könnte sich erneut mit einem anderen WLAN-Netzwerk verbunden haben. Achten Sie darauf, dass Ihr Mobiltelefon und das Gerät mit demselben WLAN-Heimnetzwerk verbunden sind. <p>Wenn das Symbol für WLAN-Verbindungsprobleme angezeigt wird , könnte eines der nachfolgenden Probleme vorliegen.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Überprüfen Sie die Einstellungen für Ihr WLAN-Heimnetzwerk auf dem Router. Möglicherweise ist die Funktion für universelles Plug & Play (UPnP) auf Ihrem Router nicht aktiviert. Aktivieren Sie diese Einstellung auf dem Router. 2. Überprüfen Sie die WLAN-Signalstärke. Wenn das Signal schwach ist, kann das Gerät keine ordnungsgemäße Verbindung aufbauen. Bringen Sie das Gerät näher zum Router, um sicherzustellen, dass ein gutes WLAN-Signal verfügbar ist. 3. Sie haben möglicherweise das Passwort für Ihr WLAN-Heimnetzwerk geändert oder einen neuen Router installiert.
	<p>Wenn diese Schritte das Problem nicht lösen, beachten Sie Folgendes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Stellen Sie die Standardeinstellungen wieder her, indem Sie das Ende einer Büroklammer in die Rücksetztaste auf der Rückseite des Geräts (siehe „Allgemeine Beschreibung“) einführen. Durch das Zurücksetzen werden alle persönlichen Einstellungen entfernt. 2. Wurde das Problem durch die vorherigen Schritte nicht gelöst, wenden Sie sich an das Philips Service-Center in Ihrem Land.
Ich habe einen neuen Router/ein neues WLAN-Passwort/ein neues WLAN-Netzwerk, und ich möchte mein connected Sleep & Wake-Up Light damit verbinden. Was muss ich tun?	<p>Gehen Sie wie folgt vor, um erneut eine Verbindung herzustellen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gehen Sie in der SleepMapper-App zur Registerkarte „Mehr“, klicken Sie auf „Gerätedetails anzeigen“, und wählen Sie „Gerät vergessen“ aus. 2. Halten Sie im Einstellungs Menü Ihres Sleep & Wake-Up Light das WLAN-Symbol 8 Sekunden lang gedrückt. Auf dem Display wird das Symbol für den Zugangspunkt-Modus  angezeigt. 3. Öffnen Sie die App erneut, und gehen Sie zur Registerkarte „Mehr“, um die Option „Neues Gerät hinzufügen“ auszuwählen. Folgen Sie den Anweisungen in der App.

Allgemeine Fehlerbehebung

Problem	Lösung
Das Symbol auf dem Display oder das Licht auf dem Gerät reagiert nicht, wenn ich versuche, verschiedene Funktionen einzustellen.	<p>1. Trennen Sie das Gerät von der Stromquelle, indem Sie den Adapter aus der Steckdose ziehen. Warten Sie 10 Sekunden, und schließen Sie das Gerät wieder an. Starten Sie es erneut.</p> <p>2. Wenn das Gerät nicht neu gestartet werden kann, stellen Sie die Standardeinstellungen wieder her, indem Sie die Rücksetztaste auf der Rückseite des Geräts (siehe „Allgemeine Beschreibung“) mit dem Ende einer Büroklammer drücken. Bitte beachten Sie, dass durch das Zurücksetzen auf die Standardeinstellungen alle persönlichen Einstellungen (eingestellte Weckzeit usw.) entfernt werden.</p> <p>Wenn das Gerät immer noch nicht funktioniert, wenden Sie sich an das Philips Service-Center in Ihrem Land.</p>
Die Lampe leuchtet nicht auf, wenn sich der Wecker einschaltet.	<p>Möglicherweise haben Sie die Lichtintensität zu niedrig eingestellt. Erhöhen Sie die Lichtintensität in Ihrem Aufwachprofil.</p> <p>Möglicherweise haben Sie die Weckfunktion ausgeschaltet. Das Wecksymbol wird auf dem Display angezeigt, wenn der Wecker aktiv ist.</p>
Die Lampe leuchtet nicht sofort, wenn ich sie einschalte.	Je nach der eingestellten Lichtintensität kann es zwischen 1 und 5 Sekunden dauern, bis sich die Lampe einschaltet.
Ich höre den Weckton nicht, wenn der Wecker sich einschaltet.	<p>Möglicherweise haben Sie die Lautstärke zu niedrig eingestellt. Um eine höhere Lautstärke einzustellen, erhöhen Sie den Geräuschpegel des Wecktons in Ihrem Aufwachprofil.</p> <p>Wenn Sie eine Weckzeit eingestellt haben, sehen Sie erst das Licht der Aufwachkurve. Der Weckton ertönt erst dann, wenn die Weckzeit erreicht wurde. Sie können die Dauer der Aufwachlichtkurve verändern.</p> <p>Wenn Sie das UKW-Radio als Weckton gewählt haben, schalten Sie das UKW-Radio ein, nachdem Sie den Wecker eingestellt haben, um zu prüfen, ob das UKW-Radio funktioniert.</p> <p>Prüfen Sie, ob Ihr UKW-Radio richtig auf einen Sender eingestellt ist. Stellen Sie ggf. die Frequenz neu ein. Wenn das Radio immer noch nicht funktioniert, wenden Sie sich an das Philips Service-Center in Ihrem Land.</p>
Das UKW-Radio nicht funktioniert oder Knackgeräusche ausgibt.	<p>Prüfen Sie, ob Ihr UKW-Radio richtig auf einen Sender eingestellt ist. Stellen Sie ggf. die Frequenz neu ein.</p> <p>Bewegen Sie die Antenne, und ändern Sie ihre Position. Achten Sie darauf, dass die Antenne vollständig abgewickelt ist.</p> <p>Möglicherweise ist das Rundfunksignal zu schwach. Ändern Sie die Frequenz und/oder die Position der Antenne. Die Antenne sollte vollständig abgewickelt sein.</p>


Problem	Lösung
Gestern hat sich der Wecker eingeschaltet, aber heute hat er nicht funktioniert.	Möglicherweise haben Sie die Weckfunktion ausgeschaltet oder den Wecker nur für einen bestimmten Tag eingestellt. Das Wecksymbol wird auf dem Display angezeigt, wenn die Weckzeit innerhalb von 24 Stunden liegt. In der Philips SleepMapper App haben Sie mehrere Möglichkeiten zum Einstellen von Weckzeiten. Vielleicht wurde die Weckfunktion nicht korrekt eingestellt. Prüfen Sie, ob Sie den Wecker in der App richtig eingestellt haben. Achten Sie darauf, dass Ihr Gerät und die App mit demselben WLAN-Heimnetzwerk verbunden sind, wenn Sie eine Weckzeit einstellen.
Ich wollte die Schlummerfunktion verwenden, aber der Wecker schaltete sich nach 9 Minuten nicht wieder an.	Möglicherweise haben Sie versehentlich auf dieses Symbol  auf dem Display gedrückt, um den Wecker auszuschalten. Dadurch wird die Weckfunktion für den betreffenden Tag deaktiviert. Tippen Sie auf die Oberseite des Geräts, um die Schlummerfunktion einzuschalten.
Das Licht weckt mich zu früh oder zu spät.	Möglicherweise ist die eingestellte Lichtintensität nicht für Sie geeignet. Probieren Sie eine niedrigere Lichtintensität, wenn Sie zu früh aufwachen, bzw. eine höhere Intensität, wenn Sie zu spät aufwachen. Sie können auch die Dauer der Aufwachkurve verändern. Wenn Lichtintensität 1 nicht niedrig genug ist, stellen Sie das Gerät in größerer Entfernung vom Bett auf. Wenn die Lichtintensität nicht hoch genug ist, um Sie zu wecken, stellen Sie sicher, dass das Licht des Geräts nicht durch Gegenstände verdeckt wird und sich das Gerät in der Nähe befindet.
Ich kann die Nachtlichtfunktion nicht ein-/ausschalten.	Vergewissern Sie sich, dass Sie an der richtigen Stelle (oben/hinten) auf das Gerät tippen.
Ich kann keine Musik über den USB-Anschluss streamen.	Der USB-Anschluss ist ausschließlich zum Laden Ihres Mobiltelefons vorgesehen. Das Musik-Streaming zu Ihrem connected Sleep & Wake-Up Light ist nicht möglich.
Der AUX-Anschluss funktioniert nicht richtig.	Erhöhen oder verringern Sie die Lautstärke Ihres Mobiltelefons. Verstellen Sie ggf. auch die Lautstärke des Geräts.
Die App gibt plötzlich einen Signalton aus.	Der Reservewecker wurde ausgelöst. Dies kann bis zu 8 Stunden dauern, nachdem Sie die Stromzufuhr unterbrochen wurde und eine eingestellte Weckzeit fällig ist. Der Weckton endet automatisch nach ca. einer Minute. Sie können auch den Weckton sofort beenden, indem Sie das Gerät einen kurzen Moment lang an das Stromnetz anschließen. Damit der Reservewecker nicht auslöst, wenn die Stromzufuhr unterbrochen wird (z. B. zur Lagerung), deaktivieren Sie die Weckfunktion, bevor Sie das Gerät von der Stromversorgung trennen.

Technische Daten


Adapter

Hersteller	PHILIPS
Typennummer	HF20

70 Deutsch

Nenneingangsspannung	100 – 240 V AC
Nenneingangsfrequenz	50 / 60 Hz
Nennausgangsspannung	24,0 V DC
Nominaler Ausgangsstrom	0,75 A
Nennausgangsleistung	18,0 W
Ohne Last	< 0,1 W
Effizienzklasse	VI
Sicherheitsklassifizierung	Stromquelle der Klasse II 
Abmessungen (Höhe x Breite x Tiefe)	35 x 78 x 66 mm
Gewicht	Ca. 0,12 kg
Kabellänge	Ca. 150 cm

Hauptgerät

Hersteller	PHILIPS
Typennummer	HF3670, HF3671, HF3672
Nenneingangsspannung	24 V DC
Nominaler Eingangsstrom	0,75 A
Eingangsnennleistung	18 W
Standby-Stromverbrauch des Geräts (Hauptgerät + Adapter)	< 2 W (WLAN ein und Display auf maximale Helligkeit) < 1 W (WLAN aus und Display auf maximale Helligkeit)
<small>Bedingungen: Nacht (12 h / 0 Lux), Tag (12 h / 500 Lux), alle Funktionen ausgesetzt</small>	< 0,5 W (WLAN und Display aus)
Sicherheitsklassifizierung	Leuchte der Klasse III 
Abmessungen (Höhe x Breite x Tiefe)	Ca. 225 x 220 x 120 mm
Gewicht	Ca. 0,78 kg
Anschlüsse	
USB-Aufladung	5 V DC, 1 A
AUX-Empfindlichkeit	280 mV
Licht	

Lichtstrom (Stufe 1 – 25)	Ca. 1 lux – 350* Lux bei 45 cm *je nach Modell
---------------------------	---------------------------------------------------

Lichtfarbe (Stufe 1 – 25)	Ca. 1500 K – 2800 K
---------------------------	---------------------

UKW

UKW-Funkfrequenzband	87,5 MHz – 108,0 MHz
----------------------	----------------------

WLAN

Betriebsfrequenz (Kanal 1 – 13)	2412 MHz – 2472 MHz
---------------------------------	---------------------

Modulationsart	IEEE 802.11b, 802.11 g, 802.11 n
----------------	----------------------------------

HF-Ausgangsleistung	Max. 20 dBm
---------------------	-------------

AmbiTrack-Sensoren

Lichtsensoren	0 lux bis 2500 Lux
---------------	--------------------

Temperatursensoren	0 °C bis 50 °C
--------------------	----------------

Feuchtigkeitssensoren	0 % bis 100 % (relative Luftfeuchtigkeit)
-----------------------	-------------------------------------------

Schalldrucksensoren	30 dBA bis 70 dBA
---------------------	-------------------

Betrieb

Temperatur	5 °C bis 35 °C
------------	----------------

Relative Luftfeuchtigkeit	20 % bis 90 % (nicht kondensierend)
---------------------------	-------------------------------------

Atmosphärischer Druck	86 kPa bis 106 kPa
-----------------------	--------------------

Aufbewahrung

Temperatur	-20 °C bis 50 °C
------------	------------------

Relative Luftfeuchtigkeit	20 % bis 90 % (nicht kondensierend)
---------------------------	-------------------------------------

Atmosphärischer Druck	86 kPa bis 106 kPa
-----------------------	--------------------

Open-Source- und Drittanbietersoftware

Eine Kopie der Open-Source-Software und der kommerziellen Software-Lizenzvereinbarung eines Drittanbieters finden Sie auf

www.philips.com/support

Suchen Sie auf der technischen Dokumentationsseite des Produkts die Gerätenummer

HF3670/HF3671/HF3672/HF3650/HF3651/HF3652/HF3653/HF3654.

Contenido

Introducción	73
Descripción general	73
Uso indicado	73
Efectos de la Sleep & Wake-Up Light	73
Información de seguridad importante	74
Seguridad y cumplimiento	76
Campos electromagnéticos (CEM)	76
Iconos de menú interactivos	76
Conexión del aparato a una red Wi-Fi	77
Navegación por el menú	78
Ajuste de los perfiles de despertar	79
Hora + respaldo de alarma	80
Alarma diferida	81
Descarte de la alarma	81
Uso del aparato como lámpara de noche	81
Luz nocturna.	82
Ajustes	82
Escuchar música	83
Programas de relajación	84
Simulación del atardecer	85
RelaxBreathe (respiración relajada)	85
Función de acostarse	87
Carga del teléfono móvil	87
Limpieza y almacenamiento	87
Reciclaje	87
Garantía y asistencia	87
Resolución de problemas	87
Especificaciones	91
Software de código abierto y de otras marcas	93

Introducción

Enhorabuena por la adquisición de este producto, y bienvenido a Philips. Para sacar el mayor partido a la asistencia que Philips le ofrece, registre el producto en www.philips.com/welcome.

La Luz conectada para dormir y despertar Philips SmartSleep le ayuda a despertarse de forma más agradable. La luz prepara suavemente el cuerpo para despertarse a la hora configurada y puede ir acompañada de sonidos naturales o de radio FM.

La función de respiración guiada por luz, los ajustes personalizados para el sol, el seguimiento del ambiente en el dormitorio y otras funciones convierten la Luz para dormir y despertar en el complemento perfecto de su dormitorio.

Consejo: La aplicación Philips SleepMapper permite utilizar funciones adicionales. Estas funciones se describen en la aplicación.

Si se actualiza el dispositivo conectándolo a la red Wi-Fi con la aplicación, es posible que la información de este documento no esté al día. Busque el manual de usuario más reciente en www.philips.com/support con el número de referencia de su aparato.

Descripción general

Los elementos numerados de esta lista se refieren a los elementos numerados de la ilustración de descripción general.

- 1 Carcasa de la lámpara
- 2 Pantalla
- 3 Sensor de presión sonora
- 4 Puerto de carga USB
- 5 Botón de reinicio
- 6 Antena de radio
- 7 Sensor AmbiTrack: Sensor de humedad y temperatura
- 8 Toma auxiliar (AUX)
- 9 Toma de adaptador de CC
- 10 Altavoz
- 11 Repetición de alarma/luz nocturna
- 12 Adaptador de corriente
- 13 Clavija pequeña

Uso indicado

La Luz conectada para dormir y despertar Philips SmartSleep está diseñada para relajarse antes de dormirse y despertarse de forma más natural con una sensación renovada.

No se trata de un producto para la iluminación general.

Efectos de la Sleep & Wake-Up Light

La Luz conectada para dormir y despertar Philips SmartSleep prepara suavemente el cuerpo para el despertar durante los últimos 30 minutos de

sueño. Por la mañana temprano, nuestros ojos son más sensibles a la luz que cuando estamos despiertos. Durante ese periodo, los niveles de luz relativamente bajos de un amanecer natural simulado preparan nuestro cuerpo para despertarse y estar alerta.

Las personas que utilizan el dispositivo para despertar se despiertan con más facilidad, están de mejor humor por la mañana y se sienten con más energía. Dado que la sensibilidad a la luz es diferente en cada persona, es posible ajustar la intensidad de la luz del aparato a un nivel adecuado a su propia sensibilidad para empezar el día de forma óptima.

Para experimentar plenamente los efectos de la Sleep & Wake-Up Light conectada, coloque el aparato a una distancia aproximada de 40-50 cm/16-20 pulgadas de la cabeza, sobre una superficie plana y estable de la mesilla de noche.

Si desea obtener más información sobre la Luz conectada para dormir y despertar, visite www.philips.com.

Información de seguridad importante

Antes de usar el aparato, lea atentamente esta información importante y consérvela por si necesitara consultarla en el futuro.

Peligro



- El agua y la electricidad forman una combinación peligrosa. No utilice el aparato en entornos húmedos (por ejemplo, en el baño ni cerca de una ducha o una piscina).
- Mantenga seco el adaptador.
- Este aparato es solo para uso en interiores.
- No deje que entre agua en el aparato o que se derrame agua sobre el mismo.
- No sumerja el aparato en agua ni lo enjuague bajo el grifo.
- No coloque nada cerca del aparato que pudiera causar que agua o cualquier otro líquido salpique o gotee en el aparato.
- El adaptador contiene un transformador que transforma una tensión de red poco segura de 100 V - 240 V CA en otra tensión baja y segura de 24 V CC. No corte el adaptador para sustituirlo por otra clavija, ya que podría provocar situaciones de peligro.

Advertencia

- No utilice nunca el aparato sin la carcasa de la lámpara o si la carcasa está dañada o rota.
- No utilice el aparato si el adaptador, el cable o el aparato sufren daños de cualquier tipo, si se derrama algún líquido o caen objetos dentro del aparato o sobre él o si el aparato se expone a la lluvia o la humedad, no funciona con normalidad o se ha caído.
- Si no se siente cómodo en cualquier momento durante el uso de RelaxBreathe en el ejercicio de respiración, vuelva a respirar normalmente.
- Utilice el aparato solo con el adaptador que se suministra.

- Si el adaptador está dañado, cámbielo siempre por otro original para evitar situaciones de peligro.
- Este aparato no debe ser usado por personas (adultos o niños) con su capacidad física, psíquica o sensorial reducida, ni por quienes no tengan los conocimientos y la experiencia necesarios, a menos que sean supervisados o instruidos acerca del uso del aparato por una persona responsable de su seguridad.
- Consulte a su médico antes de comenzar a utilizar el aparato si ha padecido o padece una depresión.
- No utilice este aparato como medio para reducir sus horas de sueño. El propósito de este aparato es ayudarlo a despertarse con más facilidad. No reduce la necesidad de sueño.

Precaución

- Antes de enchufar el aparato, compruebe si el voltaje indicado en el aparato se corresponde con el voltaje local.
- Evite que el cable de alimentación se pise o se doble, especialmente cerca de las clavijas, las tomas de corriente y el punto de salida de la lámpara.
- No utilice el adaptador cerca o en tomas de corriente en las que esté enchufado un ambientador eléctrico para evitar daños irreparables en el adaptador.
- No deje caer el aparato al suelo y no lo golpee con fuerza ni lo exponga a golpes violentos.
- Coloque el aparato sobre una superficie estable, plana y no deslizante.
- No obstruya la refrigeración del aparato cubriéndolo con objetos como mantas, cortinas, ropa, documentos, etc.
- No utilice el aparato a una temperatura ambiente por debajo de 5 °C o que supere los 35 °C.
- El aparato no tiene interruptor de encendido/apagado. Para desconectar el aparato, desenchufe el adaptador de la toma de corriente. El adaptador y la toma de corriente deberán estar fácilmente accesibles en todo momento.
- Este aparato está diseñado únicamente para uso doméstico o similar, por ejemplo, en hoteles.
- En el aparato no deben colocarse fuentes de llama desnuda, como velas encendidas.
- Los LED de Wake-Up Light no se pueden cambiar. Cuando se agoten, será necesario cambiar la Wake-Up Light completa.

General

- Si a menudo se despierta demasiado pronto o con dolor de cabeza, reduzca el nivel de intensidad de la luz o el tiempo de simulación del amanecer que haya programado.
- Si a menudo se despierta a causa del sonido de la alarma, aumente el nivel de intensidad de la luz o el tiempo de simulación del amanecer que haya programado.
- Si comparte la habitación con otra persona, esta podría despertarse involuntariamente debido a la luz del aparato, aunque se aleje más de él. Este fenómeno es el resultado de las diferencias de sensibilidad a la luz entre las personas.

- El consumo de electricidad del aparato es menor si no hay ningún dispositivo conectado al puerto USB y la lámpara, la radio, la pantalla y la función Wi-Fi están apagados.

Seguridad y cumplimiento






























Este aparato cumple los requisitos de seguridad de la UE para:

- IEC 60598: Luminarias
- IEC 62471: Seguridad fotobiológica de lámparas y sistemas de las lámparas
- IEC 62368: Equipos de tecnología de audio/vídeo, información y comunicación.

Campos electromagnéticos (CEM)

Este aparato Philips cumple los estándares y las normativas aplicables sobre exposición a campos electromagnéticos.

Iconos de menú interactivos

 Perfil de despertar/Alarma	 Intensidad y encendido/apagado de luz	 Volver al nivel superior del menú
 Ajustes	 Sonidos	 Confirmar y guardar ajuste
 Programa de relajación	 Toma AUX	 Radio
 Activar Wi-Fi	 Desactivar Wi-Fi	 Cambiar los ajustes de alarma
 Ajustes de la pantalla y brillo de la pantalla	 Seleccionar sonido natural	 Descartar alarma
 Activar tiempo de espera de pantalla	 Desactivar tiempo de espera de pantalla	 Desactivar alarma
 Activar respuesta sonora	 Desactivar respuesta sonora	 Orientación de luz o sonido
 Simulación del atardecer	 Duración del perfil de despertar	 Borrar el perfil de despertar
 Días de la semana	 RelaxBreathe (respiración relajada)	 Ritmo RelaxBreathe
 Seleccionar el día de la semana	 Anular la selección del día de la semana	 Duración de un programa



Hora de inicio para acostarse



Iniciar programa



Detener programa

Conexión del aparato a una red Wi-Fi

Si se actualiza el dispositivo conectándolo a la red Wi-Fi con la aplicación, es posible que la información de este documento no esté al día. Busque el manual de usuario más reciente en www.philips.com/support. Philips se reserva el derecho de actualizar el firmware del aparato.

Configuración fácil de Wi-Fi







Descargue la aplicación Philips SleepMapper desde Google Play o App Store en su teléfono móvil. Consulte la información en Google Play o App Store para comprobar si su teléfono móvil es compatible con la aplicación. Puede configurar fácilmente la conexión Wi-Fi a su Luz conectada para dormir y despertar.

Solo es necesario realizar una vez el proceso de instalación de la Luz para dormir y despertar y conectarla a la red Wi-Fi doméstica. Se invierten en torno a 5 o 10 minutos en el proceso de configuración.

Configuración de la Luz conectada para dormir y despertar

- 1 Al utilizar la Luz conectada para dormir y despertar por primera vez, se inicia un asistente de configuración en el aparato.
- 2 Después de seleccionar el idioma en la pantalla del aparato, continúe en la aplicación. Asegúrese de tener la aplicación abierta en el teléfono móvil.
- 3 Siga las instrucciones de la aplicación para conectar el aparato a la red Wi-Fi. Si tiene problemas para conectar el aparato, consulte la sección de asistencia de la aplicación o los elementos que se indican en la sección de resolución de problemas de este manual del usuario (consulte "Resolución de problemas").



- Si eligió anteriormente configurar el aparato sin la aplicación, pero ahora desea conectarlo a ella, mantenga pulsado el icono de Wi-Fi  en el menú Ajustes de su aparato. El icono de punto de acceso  aparecerá en la pantalla. Abra la aplicación en el teléfono móvil para realizar la conexión.
- Si ha cambiado la red doméstica Wi-Fi o su contraseña, mantenga pulsado el icono de Wi-Fi  durante 8 segundos en el menú Ajustes de su aparato. El icono de punto de acceso  aparecerá en la pantalla. Abra la aplicación en el teléfono móvil para realizar la conexión.



La pantalla puede mostrar el icono de problema de conexión Wi-Fi si no es posible establecer una conexión. Consulte la sección de resolución de problemas para solucionar el problema.

Nota: La aplicación del teléfono móvil y la Sleep & Wake-Up Light conectada SOLO se pueden comunicar entre sí cuando ambos aparatos estén conectados a la misma red Wi-Fi doméstica. Si no es así, no podrá controlar el aparato a distancia a través de la aplicación (p. ej., para ajustar una alarma).

Sensores AmbiTrack

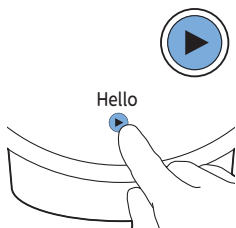
La Luz conectada para dormir y despertar recoge la información de su entorno a través de los sensores AmbiTrack. Los sensores AmbiTrack miden la luz, la humedad, la temperatura y la presión de sonido. Estos factores pueden influir en el sueño. Solo es posible ver la información sobre los valores recomendados para unas condiciones de sueño ideales en la aplicación. El entorno del aparato puede influir en las mediciones de los sensores. Por ejemplo, si se coloca el aparato junto a una ventana o cerca de un punto de calefacción, como un radiador, los sensores de temperatura y humedad podrían no representar la temperatura y la humedad de la habitación en conjunto.

Configurar el aparato sin la aplicación

Es posible configurar la Luz para dormir y despertar sin la aplicación. Para poder utilizar el aparato, es necesario completar primero los pasos de un asistente de configuración. Puede conectar el aparato a la aplicación más adelante.

Se recomienda encarecidamente configurar el aparato con la aplicación SleepMapper para disfrutar de todas las funciones que la aplicación ofrece.

- 1 Inicie el asistente de configuración tocando el icono de inicio de la pantalla del aparato.
- 2 Se le guiará por el asistente de configuración en el aparato, donde podrá establecer los ajustes deseados, un perfil de despertar y un programa de relajación.



Nota: El perfil para despertar y el programa de relajación se pueden configurar más adelante. Puede saltarse estos ajustes tocando la flecha varias veces. Sin embargo, aconsejamos configurar el perfil de despertar y el programa de relajación durante esta configuración, porque ayuda a conocer las diferentes funciones del aparato.

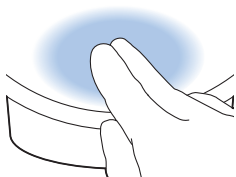
Navegación por el menú

Si ha configurado el aparato con la ayuda de la aplicación SleepMapper o a través del asistente (consulte "Configurar el aparato sin la aplicación") de configuración en el aparato, verá el menú tal y como se describe en las secciones siguientes.

En la pantalla del aparato puede seleccionar y ajustar el perfil de despertar, la luz de noche, los ajustes, el sonido (fuente) o el programa de relajación.



Nota: Si la pantalla está en blanco, mueva la mano hacia la parte inferior del aparato a fin de mostrar el menú de la pantalla. Verá los iconos de menú.





Confirmar y guardar los ajustes

Los ajustes y perfiles personalizados se guardarán en la memoria de forma permanente. Puede cambiarlos en cualquier momento. Pulse el icono de marca para confirmar y guardar el perfil deseado o el cambio de ajuste en cualquier menú.

Nota: Los ajustes y perfiles personalizados no se perderán si desconecta el adaptador de la toma de corriente.

Ajuste de los perfiles de despertar



En el perfil de despertar del aparato puede ajustar la hora de la alarma, la intensidad máxima de la luz y el tipo de sonido del despertador que prefiera. En total, puede configurar dos perfiles de despertar diferentes en el menú del aparato. Con la aplicación SleepMapper, puede configurar más perfiles de despertar.

Nota: En la pantalla principal del aparato aparece el icono de alarma configurada si hay una alarma activa.

Nota: Mantenga pulsado el icono de alarma en el menú principal para desactivar todas las alarmas programadas a la vez.



1 Puede alternar entre distintos perfiles de despertar en el aparato con los iconos de flecha < >.

2 Para desactivar la alarma, pulse el icono de desactivar alarma ⓧ.



3 Para entrar en el menú de configuración de perfiles de alarma, pulse el icono de ajustes de alarma ⚙️.

Día y hora de la alarma



En él, puede cambiar la hora pulsando + o -. La alarma se repetirá automáticamente cada día.



Puede seleccionar el día de la semana en que desea que se active la alarma.

1 Pulse el icono del calendario 📅.



2 Los días de la semana se indican con la primera letra de cada día. Cuando hay una alarma activa, la letra se muestra destacada. Para alternar entre días de la semana, utilice los iconos de flecha.




3 Para desactivar la alarma en un día determinado, pulse este icono ⓪. Si un día determinado no está activo, la letra de ese día se mostrará apenas visible.

Intensidad de luz del perfil de despertar



La lámpara del aparato simula un amanecer. Como un amanecer, el brillo de la lámpara aumenta gradualmente. Mientras dura la curva del despertador, el color de la luz cambia del rojo suave al naranja cálido y al amarillo brillante.



Pulse el icono  en la pantalla para elegir uno de los 25 niveles de intensidad de luz.

Duración del perfil de despertar







La duración predeterminada de la curva del despertador (aumento de luminosidad hasta la intensidad de luz máxima ajustada) es de 30 minutos. Puede cambiar la duración según sus preferencias pulsando el icono en el aparato.

Tipo de sonido



Pulse este icono para abrir el menú de sonidos y ajustar el sonido del perfil de despertar.



- 1 Pulse el icono de alternancia  para elegir una de las tres opciones de sonido: sonidos naturales, radio o ningún sonido.
- 2 Pulse el icono de sonidos naturales  para seleccionar uno de los sonidos naturales o pulse el icono de radio  para seleccionar uno de los ajustes preestablecidos de radio.
- 3 Puede ajustar el volumen con el icono del altavoz .

Eliminar un perfil de despertar



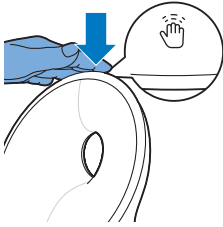
Pulse este icono  para cambiar la alarma. Para eliminar un perfil de despertar, pulse .

Hora + respaldo de alarma

En caso de un corte del suministro eléctrico, ninguna de las funciones del aparato estará operativa, incluida la pantalla. Sin embargo, el reloj interno y una alarma de reserva permanecen activos durante al menos 8 horas más.

Si se cumple la hora de la alarma establecida durante el corte del suministro eléctrico, se activa una alarma de reserva y se escucha un pitido durante aproximadamente 1 minuto.

Alarma diferida



Cuando finaliza la curva del despertador (una vez que se alcanza el nivel de intensidad de la luz máximo establecido) y se está reproduciendo el sonido de la alarma, puede tocar la parte superior del aparato para que se repita la alarma.

La lámpara permanecerá encendida, pero la alarma dejará de sonar. La duración de la función de repetición de la alarma se puede ajustar en la aplicación. La duración predeterminada de esta función es de 9 minutos. Después de 9 minutos, el sonido de la alarma comenzará a reproducirse otra vez.

Nota: La luz y el sonido se desactivarán automáticamente 60 minutos después de que la alarma se haya activado o 60 minutos después de la última repetición de la alarma.

Descarte de la alarma



Cuando la curva de despertar esté activa o se active la alarma, puede descartarla pulsando este icono en el dispositivo. Cuando se descarta, el perfil de la alarma se desactiva durante ese día.

Uso del aparato como lámpara de noche

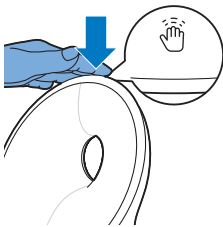


Puede utilizar la Luz conectada para dormir y despertar como lámpara de noche.

Pulse el icono de lámpara de noche  en la pantalla para encender la lámpara de noche.

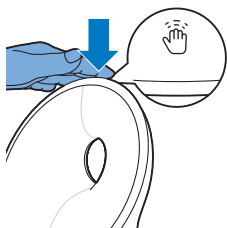
Nota: Puede aumentar y reducir la intensidad del brillo. También puede seleccionar un brillo entre 1 (bajo) y 25 (alto). El ajuste predeterminado de brillo es 20.

Para apagar la luz, pulse el icono de la cruz en el menú.



Consejo: Cuando el piloto está encendido, la luz también puede apagarse con un solo toque en la parte superior del aparato. Se detendrán todos los programas activos. Las alarmas configuradas permanecen activas.

Luz nocturna.



Si se despierta durante la noche, puede tocar la parte superior del aparato para activar una luz tenue. Esta tenue y discreta luz naranja arroja la luz suficiente para guiarse en la oscuridad. Apague la luz nocturna tocando nuevamente la parte superior del aparato.

Nota: La luz nocturna no se puede activar directamente si el piloto principal ya está encendido. En ese caso, primero toque la parte superior del aparato para desactivar la luz principal. Vuelva a tocarla para activar la luz nocturna.

Ajustes



Pulse el icono de configuración para abrir el menú de ajustes.

Nota: Mantenga pulsado el icono de ajustes durante 8 segundos para abrir un menú nuevo en el que podrá seleccionar VERSIÓN (versión del firmware del aparato) o modo DEMO (curva de despertar acelerada).



En el menú de ajustes, puede ajustar la hora del reloj (cuando el sistema Wi-Fi esté desactivado), la respuesta sonora y el brillo de la pantalla del aparato, y activar o desactivar el sistema Wi-Fi.

Tiempo



Pulse este icono para abrir el menú de la hora.




En él, puede cambiar la hora pulsando + o -.


Pulse el icono de notación de hora para alternar entre el reloj de 12 horas y el reloj de 24 horas.

Nota: Esta opción no está disponible si el aparato está conectado a una red Wi-Fi.

Wi-Fi



Active o desactive el sistema Wi-Fi pulsando el icono de Wi-Fi. Si el sistema Wi-Fi está desactivado , las actualizaciones realizadas en la aplicación no se implementarán hasta que se restablezca la conexión Wi-Fi.


Nota: Mantenga pulsado el icono de Wi-Fi  durante unos 8 segundos para volver al modo de punto de acceso. Abra el modo de punto de acceso cuando desee conectar el aparato a una red Wi-Fi distinta, o si ha cambiado la contraseña de la red Wi-Fi.



Si activa accidentalmente el modo de punto de acceso, pulse el icono de Wi-Fi en el menú Wi-Fi dos veces para volver a activar la conexión Wi-Fi. La Luz conectada para dormir y despertar recuerda la red a la que se ha conectado.

Respuesta sonora



Si no desea oír este sonido al pulsar un icono, pulse el icono de respuesta de audio para desactivar la respuesta de audio. Oirá un clic como confirmación. Para reactivar la respuesta sonora, pulse de nuevo este icono .

Ajustes de pantalla



Pulse el icono de ajustes de la pantalla en el menú de ajustes para ver los ajustes.



En este menú puede ajustar el nivel de brillo de la pantalla y seleccionar la opción de tiempo de espera.

Brillo de la pantalla

El nivel de brillo de la pantalla se puede ajustar del 1 al 6 con los iconos de más y menos. Elija un nivel óptimo para ver la pantalla por la noche. El aparato ajusta automáticamente el brillo de la pantalla al cambiar la luz ambiente de la habitación.

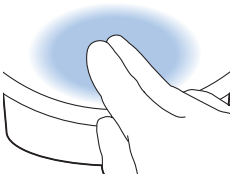
Tiempo de espera de pantalla

Si no desea que el aparato produzca ninguna luz, ni siquiera para la indicación de hora, pulse el icono de tiempo de espera de la pantalla para apagarla por completo. La pantalla se apaga gradualmente unos segundos después de la última interacción con los iconos.

Normalmente, si no toca la pantalla durante algún tiempo en cualquier menú, la pantalla vuelve a la indicación de tiempo y estado. Cuando esté activado el tiempo de espera de pantalla, no se mostrará ninguna indicación de tiempo.

Pulse el icono de desactivación del tiempo de espera de pantalla para volver a encenderla.

Consejo: Si desea comprobar la hora o seleccionar una función cuando el tiempo de espera de la pantalla esté activado, solo tiene que acercar la mano a la pantalla para que se encienda durante unos segundos.



Escuchar música



Pulse el icono de sonidos para seleccionar la fuente de sonido preferida.

Consejo: Mantenga pulsado el icono de sonidos para activar o desactivar el sonido a través del menú.



En el menú de sonidos, también puede seleccionar la radio o reproducir su propia música conectando un dispositivo de reproducción a la toma AUX.

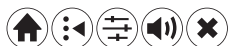
Consejo: Mientras suene la radio o música, puede apagar el sonido con solo tocar la parte superior del aparato. Se detendrán todos los programas activos. Las alarmas configuradas permanecen activas.


Escuchar la radio




Puede escuchar la radio FM con la luz para dormir y despertar. Si ha seleccionado la función de radio en el menú de sonidos, se muestra la emisora de radio seleccionada. Puede cambiar la emisora de radio de forma manual seleccionando la frecuencia de otra emisora de radio FM.

Consejo: Asegúrese de desplegar la antena completamente y muévala hasta que la recepción sea óptima.



Puede presintonizar 5 emisoras de radio. Utilice el icono de ajuste de frecuencia FM  para seleccionar una emisora de radio. Mantenga pulsado el botón de flecha doble para buscar automáticamente la siguiente emisora de radio.

Después de ajustar una emisora de radio, puede añadir fácilmente otra emisora de radio presintonizada con el icono de alternancia . Con este proceso, puede presintonizar 5 emisoras de radio.

Ajuste el volumen deseado con el icono de altavoz .

Música a través de la toma auxiliar (AUX)



Puede utilizar la función Sleep & Wake-Up Light conectada como altavoz de música conectando un dispositivo de reproducción de música (por ejemplo, el teléfono móvil) a la toma AUX.

Si el sonido no es lo suficientemente fuerte después de ajustar el volumen máximo en el aparato, aumente el volumen en el dispositivo de reproducción de música.

Si el sonido es demasiado fuerte o está distorsionado después de configurar el volumen bajo en el aparato, baje el volumen en el dispositivo de reproducción de música.

Nota: Necesita un cable AUX para conectar la Luz conectada para dormir y despertar a un dispositivo de reproducción de música.

Nota: No se puede despertar con la música de un dispositivo conectado a la toma AUX.

Programas de relajación



Pulse el icono de relajación para elegir el programa de relajación deseado.



El aparato dispone de dos programas de relajación para ayudarle a relajarse antes de dormir: simulación del atardecer y RelaxBreathe (respiración relajada). Puede desactivar el programa de relajación activo tocando la parte superior del aparato.

En este menú también puede activar o desactivar la función de acostarse.

Simulación del atardecer



Durante la simulación del atardecer, el brillo de la luz disminuye gradualmente con colores que cambian del amarillo brillante al naranja cálido y el rojo suave.



Pulse el icono de simulación del atardecer para entrar en el menú de configuración de simulación del atardecer.



Pulse Reproducir para iniciar sunset la simulación del atardecer. Pulse o toque la parte superior del aparato para detener el programa.



Utilice este icono para ajustar la duración de la simulación del atardecer. Puede seleccionar una duración de 5, 10, 15, 20, 30 o 45 minutos.



Puede cambiar la intensidad de la luz de simulación del atardecer con el icono de luz.



Pulse el icono de sonidos para configurar un sonido que se desvanezca durante la simulación del atardecer.



Pulse el icono de alternancia para elegir una de las tres opciones de sonido: sonidos naturales, radio o ningún sonido. También puede reproducir su música conectando un dispositivo de reproducción a la toma AUX.

Pulse el icono de sonidos naturales para seleccionar uno de los sonidos naturales.

Puede ajustar el volumen inicial con el icono del altavoz .

RelaxBreathe (respiración relajada)



RelaxBreathe (respiración relajada) utiliza la técnica de respiración abdominal como base del programa de respiración. Puede seleccionar uno de los programas de respiración, guiado por la luz o el sonido. La combinación del ejercicio de respiración abdominal y la guía de la Luz conectada para dormir y despertar ayuda a bajar el ritmo y sentirse relajado.



Pulse el icono de RelaxBreathe para entrar en el menú de configuración de RelaxBreathe.



Pulse Reproducir para iniciar la sesión de RelaxBreathe. Pulse Detener o toque la parte superior del aparato para detener RelaxBreathe.



Pulse este icono para establecer la duración del programa de relajación. Puede seleccionar una duración de 5, 10 o 15 minutos.



Puede seleccionar uno de los siete programas de relajación con ritmos de respiración predefinidos. Cada programa de relajación tiene un ritmo de respiración diferente. El programa '4 breaths' (4 respiraciones) está predefinido en 4 respiraciones por minuto. El programa '5 breaths' (5 respiraciones) está predefinido en 5 respiraciones por minuto. En los programas siguientes se aumenta una respiración por minuto. El último programa (10 respiraciones) está predefinido en 10 respiraciones por minuto.



Puede seleccionar la luz o el sonido que quiere que le guíe durante el programa de relajación seleccionado. Siga la luz o el sonido cuando inhale y exhale.

- Si elige la luz como guía, inhale cuando aumente la intensidad de la luz. Contenga la respiración entre los dos leves destellos de luz. Exhale lentamente cuando disminuya la intensidad de la luz.
- Si usa sonido, inhale cuando aumente la intensidad del sonido de las olas. Cuando la intensidad del sonido se detenga, contenga la respiración. Exhale lentamente cuando la intensidad del sonido de las olas disminuya.

Siga el ritmo que prefiera con la ayuda de luz o el sonido si quiere lograr una sensación de relajación mayor. Incluso puede hacerlo con los ojos cerrados.

Nota: Puede encontrar un vídeo con instrucciones de RelaxBreathe en la aplicación y en la página web de Philips.

Relajación por medio de la respiración abdominal

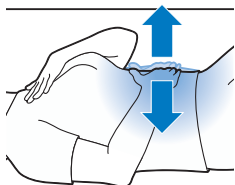
La respiración abdominal es la técnica de respiración más conocida que ayuda a relajarse. Cuando se respira desde el estómago, el diafragma baja automáticamente. Esto tira hacia abajo los pulmones y le permite inhalar aire completamente y en profundidad.

Precaución: Si no se siente cómodo en cualquier momento durante este ejercicio de respiración, vuelva a respirar normalmente.

Cómo practicar la respiración abdominal



- 1 Tumbese cómodamente boca arriba.
- 2 Inhale por la nariz y exhale por la nariz o la boca.



- 3 Coloque una mano en el estómago y la otra mano en el pecho. Debería ver que la mano situada en el estómago sube con cada inhalación y baja cada vez que exhala. La mano en el pecho solo debe moverse ligeramente.
- 4 La respiración debe proceder del estómago. Intente hacer que la exhalación dure más que la inhalación, ya que esto le hará sentir más relajado rápidamente.

Nota: La función RelaxBreathe del aparato puede guiarle durante la respiración abdominal.

Función de acostarse



Puede realizar un seguimiento del tiempo que permanece en la cama manteniendo pulsada la parte superior del aparato durante unos 2 segundos antes de acostarse y así activar la función de tiempo acostado. O bien, puede activar la hora de acostarse en el menú de relajación. También puede iniciar la función de hora de acostarse pulsando "Start Tracking" (Iniciar seguimiento) en la aplicación SleepMapper.



Verá un icono de luna en la pantalla del aparato que le indicará que se ha iniciado el seguimiento de la hora de acostarse. Puede encontrar más información sobre la función de acostarse en la aplicación.

Carga del teléfono móvil

Puede utilizar el puerto (consulte "Descripción general") USB para cargar el teléfono móvil.

Limpieza y almacenamiento

- Limpie el aparato con un paño suave y seco.
- No utilice agentes de limpieza abrasivos, estropajos o disolventes como alcohol, acetona, etc., ya que podría dañar la superficie del aparato.
- Si no va a utilizar el aparato durante un periodo de tiempo prolongado, desenchufe el adaptador de la toma de corriente y guarde el aparato en un lugar seguro y seco donde no pueda resultar aplastado, arañado o dañado.
- Al guardarlo, no enrolle el cable alrededor del aparato.

Reciclaje



- Este símbolo significa que este producto no debe desecharse con la basura normal del hogar (2012/19/UE).
- Siga la normativa de su país para la recogida selectiva de productos eléctricos y electrónicos. El desecho correcto ayuda a evitar consecuencias negativas para el medio ambiente y la salud humana.

Garantía y asistencia

Si necesita asistencia o información, visite www.philips.com/support o contacte con su distribuidor Philips. También puede ponerse en contacto con el servicio de atención al cliente de Philips de su país (consulte los datos de contacto en el folleto de la garantía internacional).

Resolución de problemas

En este capítulo se resumen los problemas más comunes que pueden surgir al usar el aparato. Si no puede resolver el problema con la siguiente información,

visite www.philips.com/support para consultar una lista de preguntas frecuentes o comuníquese con el servicio de atención al cliente en su país.

Si se actualiza el dispositivo conectándolo a la red Wi-Fi con la aplicación, es posible que la información de este documento no esté al día. Busque el manual de usuario más reciente en www.philips.com/support. Philips se reserva el derecho de actualizar el firmware del aparato.


Solución de problemas de conectividad

Problema	Solución
No puedo descargar la aplicación en el teléfono móvil.	La aplicación está disponible para teléfonos móviles Android e iOS. La aplicación no está disponible para teléfonos Windows.
No puedo conectar la Luz para dormir y despertar a mi red Wi-Fi doméstica. ¿Qué debo hacer?	<p>Si no puede conectar la Luz para dormir y despertar a la red Wi-Fi doméstica y sigue viendo el icono parpadeando en modo de punto de acceso (P) podría tratarse de uno de los problemas siguientes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Contraseña incorrecta. Asegúrese de haber introducido la contraseña de red Wi-Fi correcta e inténtelo de nuevo. 2. ¿Es adecuado el router para la conexión con la Luz para dormir y despertar? El router debe tener una banda de 2,4 GHz para comunicarse con el aparato. Al configurar el aparato por primera vez, asegúrese de que el teléfono móvil y el aparato estén conectados a la misma red Wi-Fi de 2,4 GHz. De lo contrario, no podrá conectar el aparato con el teléfono móvil. El aparato no se puede conectar a una red de 5 GHz. Desactive temporalmente la red de 5 GHz para conectar el aparato a una red de 2,4 GHz. A continuación, puede volver a activar la red de 5 GHz. 3. Compruebe la intensidad de la señal de la red Wi-Fi. Si la señal es débil, el aparato no se puede conectar correctamente. Acerque el aparato al router para asegurarse de que dispone de buena señal de Wi-Fi. <p>Si los pasos anteriores no solucionan el problema, tenga en cuenta lo siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Vuelva a los ajustes predeterminados presionando el botón de restablecimiento de la parte posterior del aparato (consulte "Descripción general") con el extremo de un clip de papel. Este restablecimiento eliminará todos los ajustes personales. 2. Si los pasos anteriores no son el problema, póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente de Philips en su país.
No es posible conectar la Luz conectada para dormir y despertar a una red Wi-Fi como invitado.	El aparato no es compatible con el uso de una red como invitado. Configure el aparato dentro de una red Wi-Fi normal.
¿Cómo puedo eliminar los ajustes Wi-Fi y las alarmas personales de la Luz conectada para dormir y despertar?	Vuelva a los ajustes predeterminados presionando el botón de restablecimiento de la parte posterior del aparato (consulte "Descripción general") con el extremo de un clip de papel.

Problema	Solución
Quiero conectar mi nuevo smartphone a la Luz conectada para dormir y despertar. ¿Qué debo hacer?	<p>Si el teléfono móvil sigue conectado a la función Sleep & Wake-Up Light, primero elimine la conexión en la aplicación en la pestaña 'más' seleccionando 'Olvidar dispositivo'.</p> <p>Vuelva a instalar la aplicación en su nuevo teléfono móvil. Indique en la aplicación que ya ha instalado la Luz conectada para dormir y despertar y siga las instrucciones de la aplicación.</p>
No puedo utilizar la aplicación para configurar alarmas ni para controlar la Luz conectada para dormir y despertar.	<p>En primer lugar, compruebe si la Luz para dormir y despertar está conectada a una red Wi-Fi. Si completó la configuración de Wi-Fi mediante la aplicación SleepMapper de Philips y ha conectado el aparato a una red Wi-Fi específica, verá un símbolo de Wi-Fi fijo en la pantalla principal del aparato, en la esquina superior derecha. .</p> <p>En primer lugar, compruebe si la conexión Wi-Fi y el router están activados en el teléfono móvil. Si ve el icono de conexión Wi-Fi desactivada  en la pantalla del aparato, actívela en primer lugar.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es posible que el teléfono móvil se haya vuelto a conectar a una red Wi-Fi distinta. Asegúrese de que el teléfono móvil y el aparato estén conectados a la misma red Wi-Fi doméstica. <p>Si ve el icono de problemas de conexión Wi-Fi  podría tratarse de uno de los problemas siguientes.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Compruebe los ajustes de la red Wi-Fi doméstica en el router. Es posible que el router no tenga activada la opción de Plug and Play universal (UPnP). Active este ajuste en el router. 2. Compruebe la intensidad de la señal de la red Wi-Fi. Si la señal es débil, el aparato no se puede conectar correctamente. Acerque el aparato al router para asegurarse de que dispone de buena señal de Wi-Fi. 3. Es posible que haya cambiado la contraseña de la red Wi-Fi doméstica o que haya instalado un router nuevo. <hr/> <p>Si los pasos anteriores no solucionan el problema, tenga en cuenta lo siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Vuelva a los ajustes predeterminados presionando el botón de restablecimiento de la parte posterior del aparato (consulte "Descripción general") con el extremo de un clip de papel. Este restablecimiento eliminará todos los ajustes personales. 2. Si los pasos anteriores no son el problema, póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente de Philips en su país.
Tengo un router nuevo/una contraseña Wi-Fi nueva y quiero conectar mi Luz conectada para dormir y despertar. ¿Qué debo hacer?	<p>Siga estos pasos para volver a establecer una conexión:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En la aplicación SleepMapper, vaya a la pestaña "More" (Más), haga clic en "View device details" (Ver detalles del dispositivo) y seleccione "Forget device" (Olvidar el dispositivo). 2. En el menú de ajustes de Sleep & Wake-Up Light, mantenga pulsado el icono de Wi-Fi durante 8 segundos. Verá el icono del modo de punto de acceso  en la pantalla. 3. Vuelva a abrir la aplicación y vaya a la pestaña "More" (Más) para seleccionar "Add a new device" (Añadir un nuevo dispositivo). Siga las instrucciones de la aplicación.

Solución de problemas generales

Problema	Solución
El icono de la pantalla o la luz del aparato no responden al tratar de configurar distintas funciones.	<p>1. Desconecte el aparato de la fuente de alimentación quitando el adaptador de la toma de corriente. Espere 10 segundos y vuelva a conectar el aparato. Vuelva a iniciarlo.</p> <p>2. Si el reinicio del aparato no funciona, vuelva a los ajustes predeterminados presionando el botón de restablecimiento de la parte posterior del aparato (consulte "Descripción general") con la punta de un clip de papel. Tenga en cuenta que, al volver a los ajustes predeterminados, se eliminarán todos los ajustes personales (como alarmas configuradas, etc.).</p> <p>Si el aparato no funciona, póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente de Philips en su país.</p>
La lámpara no se enciende cuando se activa la alarma.	<p>Puede que haya ajustado un nivel de intensidad de luz demasiado bajo. Aumente el nivel de intensidad de la luz del perfil de despertar.</p> <p>Es posible que haya desactivado la función de alarma. El icono de la alarma está visible en la pantalla cuando la alarma está activa.</p>
La lámpara no se enciende directamente al conectarla.	<p>La lámpara puede tardar entre 1 y 5 segundos en encenderse, en función del nivel de intensidad de la luz seleccionado.</p>
No se oye el sonido de la alarma cuando esta se activa.	<p>Puede que haya ajustado un nivel de sonido demasiado bajo. Para ajustar un nivel de sonido más alto, aumente el nivel de volumen del sonido de despertar en el perfil de despertar.</p> <p>Cuando haya ajustado la alarma, primero verá el piloto de la curva del despertador. La alarma solo suena cuando se cumple la hora de la alarma. Puede cambiar la duración de la curva de la luz del despertador.</p> <p>Si ha seleccionado la radio FM como sonido de la alarma, encienda la radio FM después de apagar la alarma para comprobar si la radio FM funciona. Compruebe si la radio FM está sintonizada correctamente en una emisora de radio. Si es necesario, ajuste la frecuencia. Si la radio todavía no funciona, póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente de Philips en su país.</p>
La radio FM no funciona o produce un sonido crepitante.	<p>Compruebe que la radio FM esté sintonizada correctamente en una emisora de radio. Si es necesario, ajuste la frecuencia.</p> <p>Mueva la antena para cambiarla de posición. Asegúrese de haber desplegado la antena completamente.</p> <p>Es posible que la señal de radio sea débil. Ajuste la frecuencia o cambie la posición de la antena moviéndola. Asegúrese de que ha desplegado la antena completamente.</p>


Problema	Solución
La alarma se activó ayer, pero no lo ha hecho hoy.	Es posible que haya desactivado la función de alarma o que haya configurado la alarma solo para un día determinado. El icono de alarma estará visible en la pantalla cuando la alarma vaya a sonar durante las 24 horas siguientes. En la aplicación Philips SleepMapper dispone de varias opciones para ajustar las alarmas. Es posible que no haya configurado la alarma correctamente. Compruebe si ha establecido la alarma en la aplicación correctamente. Asegúrese de que el aparato y la aplicación estén conectados a la misma red Wi-Fi doméstica al configurar una alarma.
Quería que se repitiera la alarma, pero no se activó de nuevo transcurridos 9 minutos.	Puede que haya pulsado accidentalmente este icono  en la pantalla para omitir la alarma. Esto desactiva la alarma para ese día. Toque la parte superior del aparato para posponerla.
La luz me despierta demasiado pronto o demasiado tarde.	Es posible que el nivel de intensidad de la luz que ha ajustado no sea adecuado para usted. Pruebe un nivel de intensidad menor si se despierta demasiado pronto, o mayor si se despierta demasiado tarde. También puede cambiar la duración de la curva del despertador. Si la intensidad de luz 1 no es lo bastante baja, aleje más el aparato de la cama. Si la intensidad de luz no es lo suficientemente alta para despertarle, asegúrese de que la luz del aparato no esté bloqueada por ningún objeto y de que el aparato esté cerca.
No puedo encender o apagar la función de luz nocturna.	Asegúrese de tocar el lugar correcto (parte superior o posterior) del aparato.
No puedo transmitir música por USB.	La conexión USB solo sirve para cargar el teléfono móvil. No puede transferir música a la Luz conectada para dormir y despertar.
La toma AUX no funciona correctamente.	No intente subir ni bajar el volumen en el teléfono móvil. Si es necesario, ajuste también el nivel de volumen en el aparato.
El aparato emite un pitido de repente.	La alarma de reserva se activó. Esto puede ocurrir hasta 8 horas después de desconectar la alimentación, si se cumple la hora de la alarma. El sonido de la alarma se detiene automáticamente después de aproximadamente 1 minuto. También puede detener el sonido de la alarma inmediatamente encendiendo el aparato durante unos instantes. Para evitar que la alarma se active al desconectar la alimentación (p. ej., para guardar el aparato) desactive las alarmas antes de apagar la unidad.

Especificaciones


Adaptador de corriente

Fabricante	PHILIPS
Número de tipo	HF20
Voltaje de entrada nominal	100 – 240 V AC
Frecuencia nominal de entrada	50 / 60 Hz

92 Español

Voltaje de salida nominal	24,0 V DC
Corriente de salida nominal	0,75 A
Potencia nominal de salida	18,0 W
Potencia sin carga	< 0,1 W
Clase de eficiencia	VI
Clasificación de seguridad	Alimentación de clase II 
Dimensiones (altura x anchura x profundidad)	35 x 78 x 66 mm
Peso	Aprox. 0,12 kg
Longitud del cable	Aprox. 150 cm

Unidad principal

Fabricante	PHILIPS
Número de tipo	HF3670, HF3671, HF3672
Voltaje de entrada nominal	24 V DC
Corriente de entrada nominal	0,75 A
Potencia de entrada nominal	18 W
Consumo en modo de espera (unidad principal + adaptador)	< 2 W (conexión Wi-Fi activada y pantalla con brillo máximo)
<small>Condiciones: noche (12 h / 0 lux), día (12 h / 500 lux), todas las funciones suspendidas</small>	< 1 W (conexión Wi-Fi desactivada y pantalla con brillo máximo)
	< 0,5 W (conexión Wi-Fi desactivada y pantalla apagada)
Clasificación de seguridad	Luminaria de clase III 
Dimensiones (altura x anchura x profundidad)	Aprox. 225 x 220 x 120 mm
Peso	Aprox. 0,78 kg
Puertos	
Carga de USB	5 V CC, 1 A
Sensibilidad AUX	280 mV
la luz	
Rendimiento lumínico (nivel 1 – 25)	Aprox. 1 lux – 350* lux a 45 cm *dependiendo del modelo
Color de luz (nivel 1 – 25)	Aprox. 1500 K – 2800 K

FM

Banda de frecuencias de radio FM	87,5 MHz – 108,0 MHz
----------------------------------	----------------------

Wi-Fi

Frecuencia de funcionamiento (canal 1 – 13)	2412 MHz – 2472 MHz
---------------------------------------------	---------------------

Tipo de modulación	IEEE 802.11b, 802.11g, 802.11n
--------------------	--------------------------------

Potencia de RF de salida	Máx. 20 dBm
--------------------------	-------------

Sensores AmbiTrack

Sensor de luz	De 0 lux a 2500 lux
---------------	---------------------

Sensor de temperatura	De 0 °C a 50 °C
-----------------------	-----------------

Sensor de humedad	De 0 % a 100 % (humedad relativa)
-------------------	-----------------------------------

Sensor de presión sonora	De 30 dBA a 70 dBA
--------------------------	--------------------

Condiciones de funcionamiento

Temperatura	De 5 °C a 35 °C
-------------	-----------------

Humedad relativa	20 % a 90 % (sin condensación)
------------------	--------------------------------

Presión atmosférica	86 kPa a 106 kPa
---------------------	------------------

Condiciones de almacenamiento

Temperatura	De -20 °C a 50 °C
-------------	-------------------

Humedad relativa	20 % a 90 % (sin condensación)
------------------	--------------------------------

Presión atmosférica	86 kPa a 106 kPa
---------------------	------------------

Software de código abierto y de otras marcas

Encontrará una copia del software de código abierto y el acuerdo de licencia de software comercial de otras marcas en el sitio web www.philips.com/support

Busque el número de dispositivo HF3670 / HF3671 / HF3672 / HF3650 / HF3651 / HF3652 / HF3653 / HF3654 en la página de documentación técnica del producto.

Sommaire

Introduction	95
Description générale	95
Usage prévu	95
Effets de Sleep & Wake-Up Light	95
Informations de sécurité importantes	96
Sécurité et conformité	98
Champs électromagnétiques (CEM)	98
Icônes du menu interactif	98
Connexion Wi-Fi de votre appareil	99
Navigations dans le menu	100
Réglage des profils de réveil	101
L'heure + alarme de secours	102
Répétition	103
Ignorer l'alarme	103
Utilisation de l'appareil comme lampe de chevet	103
Éclairage nocturne	104
Paramètres	104
Écouter de la musique	105
Programmes de détente	106
Simulation du coucher du soleil	107
RelaxBreathe	107
Fonction Heure du coucher	109
Charge du téléphone portable	109
Nettoyage et rangement	109
Recyclage	110
Garantie et assistance	110
Dépannage	110
Caractéristiques techniques	114
Logiciels libres et tiers	116

Introduction

Félicitations pour votre achat et bienvenue dans l'univers Philips ! Pour profiter pleinement de l'assistance offerte par Philips, enregistrez votre produit à l'adresse suivante : **www.philips.com/welcome**.

Sleep & Wake-Up Light connecté Philips SmartSleep vous permet de vous réveiller plus agréablement. La lumière prépare doucement votre corps à se réveiller à l'heure programmée et peut être accompagnée de sons naturels ou de la radio FM.

La fonction de respiration guidée par la lumière, les paramètres de soleil personnalisés, le contrôle de l'environnement et plusieurs autres fonctionnalités rendent cette lampe de repos et de réveil idéale pour votre chambre à coucher.

Conseil : L'utilisation de l'application SleepMapper de Philips activera des fonctions supplémentaires. Celles-ci sont expliquées dans l'application.

Si vous procédez à la mise à jour de l'appareil en le connectant au réseau Wi-Fi, les informations figurant dans ce document peuvent ne pas être à jour. Vous trouverez le dernier mode d'emploi à l'adresse **www.philips.com/support** en recherchant la référence de votre appareil.

Description générale

Les éléments numérotés de cette liste font référence aux éléments numérotés de l'illustration de présentation.

- 1 Corps de la lampe
- 2 Afficheur
- 3 Capteur de pression sonore
- 4 Port de charge USB
- 5 Bouton de réinitialisation
- 6 Antenne radio
- 7 Capteur AmbiTrack : Capteur de température et d'humidité
- 8 Prise auxiliaire (AUX)
- 9 Adaptateur de prise CC
- 10 Haut-parleur
- 11 Répétition/éclairage nocturne
- 12 Adaptateur
- 13 Petite fiche

Usage prévu

L'Éveil Lumière connecté Philips SmartSleep a été conçu pour assurer un réveil plus naturel et agréable et une sensation de relaxation avant de vous endormir. Il ne s'agit pas d'un produit d'éclairage général.

Effets de Sleep & Wake-Up Light

Sleep & Wake-Up Light connecté Philips SmartSleep prépare tout en douceur votre corps au réveil pendant les 30 dernières minutes de sommeil. Tôt le matin, nos yeux sont plus sensibles à la lumière que lorsque nous sommes éveillés.

Durant cette période, les niveaux de luminosité relativement faibles d'un lever de soleil naturel simulé préparent notre corps au réveil et nous permettent de nous lever du bon pied.

Les personnes qui utilisent cet appareil se lèvent plus facilement, sont de meilleure humeur le matin et ont plus de tonus. La sensibilité à la lumière variant d'une personne à l'autre, vous pouvez définir l'intensité lumineuse de la lampe à un niveau correspondant à votre sensibilité pour bien démarrer la journée.

Pour ressentir pleinement les effets de Sleep & Wake-Up Light connecté, placez-le à environ 40 cm – 50 cm (16–20 po) de votre tête, sur une surface plane et stable de votre table de chevet.

Pour plus d'informations sur Sleep & Wake-Up Light connecté, rendez-vous sur le site www.philips.com.

Informations de sécurité importantes

Lisez attentivement ces informations importantes avant d'utiliser l'appareil et conservez-les pour un usage ultérieur.

Danger



- L'eau et l'électricité ne font pas bon ménage ! N'utilisez pas l'appareil dans un environnement humide (dans la salle de bain ou près d'une douche ou d'une piscine par exemple).
- Gardez le bloc d'alimentation au sec.
- Cet appareil est destiné à un usage en intérieur uniquement.
- Veillez à ne pas faire pénétrer d'eau dans l'appareil ni à en renverser sur celui-ci.
- Ne plongez jamais l'appareil dans l'eau et ne le rincez pas sous le robinet.
- Ne placez pas d'objet près de l'appareil afin de le protéger contre les risques d'éclaboussure ou de fuite.
- L'adaptateur contient un transformateur, qui convertit une tension secteur dangereuse de 100 V – 240 V CA en une basse tension de sécurité de 24 V CC. N'essayez pas de remplacer la fiche de l'adaptateur afin d'éviter tout accident.

Avertissement

- N'utilisez pas l'appareil si le corps de la lampe est endommagé, cassé ou absent.
- N'utilisez pas l'appareil en cas d'endommagement de l'adaptateur, du cordon ou de l'appareil, de déversement de liquide ou de chute d'objets dans et/ou sur l'appareil, d'exposition de l'appareil à la pluie ou à l'humidité ou encore de dysfonctionnement, de chute ou d'endommagement de l'appareil.
- Si vous ressentez une gêne à tout moment pendant l'utilisation de RelaxBreathe lors de l'exercice de respiration, recommencez à respirer normalement.
- Utilisez l'appareil uniquement avec l'adaptateur fourni.

- Si l'adaptateur est endommagé, remplacez-le toujours par un adaptateur de même type pour éviter tout accident.
- Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes (notamment des enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou intellectuelles sont réduites, ou par des personnes manquant d'expérience ou de connaissances, à moins que celles-ci ne soient sous surveillance ou qu'elles n'aient reçu des instructions quant à l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité.
- Consultez un médecin avant d'utiliser l'appareil si vous avez souffert ou souffrez de dépression.
- N'utilisez pas cet appareil comme moyen de réduire vos heures de sommeil. Le but de cet appareil est de vous permettre de vous réveiller plus facilement. Il ne diminue pas votre besoin de sommeil.

Attention

- Avant de brancher l'appareil, vérifiez que la tension indiquée sur l'appareil correspond à la tension supportée par le secteur local.
- Évitez de marcher sur le cordon d'alimentation ou de le pincer, notamment au niveau des fiches, des prises murales et de leurs points de sortie de la lampe.
- N'utilisez pas l'adaptateur dans ou à proximité de prises murales qui contiennent un assainisseur d'air électrique, afin d'éviter que l'adaptateur ne subisse des dommages irréversibles.
- Ne faites pas tomber l'appareil et protégez-le des coups et chocs violents.
- Placez l'appareil sur une surface stable, plane et non glissante.
- N'entravez pas le refroidissement de l'appareil en le recouvrant avec des objets tels que des couvertures, rideaux, vêtements, documents, etc.
- N'utilisez pas l'appareil lorsque la température de la pièce est inférieure à 5 °C ou supérieure à 35 °C.
- L'appareil ne possède pas un interrupteur marche/arrêt. Pour débrancher l'appareil, retirez l'adaptateur de la prise de courant. L'adaptateur et la prise de courant doivent rester facilement accessibles en permanence.
- Cet appareil est destiné à un usage domestique ou similaire uniquement, dans les hôtels par exemple.
- Ne placez aucune flamme nue, telle que des bougies allumées, sur l'appareil.
- Les LED à l'intérieur de l'Éveil lumière ne sont pas remplaçables. Si elles sont en fin de vie, l'ensemble de l'Éveil lumière doit être remplacé.

Informations d'ordre général

- Si vous vous réveillez souvent trop tôt ou avec des maux de tête, réduisez l'intensité lumineuse et/ou la durée de simulation du lever de soleil.
- Si vous êtes souvent réveillé par la sonnerie d'alarme, augmentez le niveau d'intensité lumineuse sélectionnée ou la durée de la simulation du lever de soleil.
- Si vous partagez votre chambre avec quelqu'un d'autre, cette personne peut être involontairement réveillée par la lumière de l'appareil, même si elle en est relativement éloignée. Ce phénomène est dû à la différence de sensibilité à la lumière d'une personne à l'autre.

- La consommation électrique de l'appareil est plus faible si aucun appareil n'est connecté au port USB et si la lampe, la radio, l'afficheur et la fonction Wi-Fi sont éteints.

Sécurité et conformité































Cet appareil répond aux normes de sécurité de l'UE concernant :

- CEI 60598 : Luminaires.
- CEI 62471 : Sécurité photobiologique des lampes et des appareils utilisant des lampes.
- CEI 62368 : Équipements des technologies de l'audio/vidéo, de l'information et de la communication.

Champs électromagnétiques (CEM)

Cet appareil Philips est conforme à toutes les normes et à tous les règlements applicables relatifs à l'exposition aux champs électromagnétiques.

Îcônes du menu interactif

	Profil de réveil/Alarme		Intensité lumineuse et activation/désactivation de la lumière		Revenir au niveau précédent du menu
	Paramètres		Sons		Confirmer et enregistrer les paramètres
	Programme de détente		Prise AUX		Radio
	Activer le Wi-Fi		Désactiver le Wi-Fi		Modifier les paramètres d'alarme
	Paramètres d'affichage et luminosité de l'afficheur		Sélectionner un son naturel		Ignorer l'alarme
	Activer le délai d'affichage		Désactiver le délai d'affichage		Désactiver l'alarme
	Activer le signal sonore		Désactiver le signal sonore		Guidage lumineux ou sonore
	Simulation du coucher du soleil		Durée du profil de réveil		Supprimer le profil de réveil
	Jours de la semaine		RelaxBreathe		Rythme RelaxBreathe
	Sélectionner le jour de la semaine		Désélectionner le jour de la semaine		Durée d'un programme



Activer Heure du coucher



Débuter programme



Arrêter programme

Connexion Wi-Fi de votre appareil

Si vous procédez à la mise à jour de l'appareil en le connectant au réseau Wi-Fi, les informations figurant dans ce document peuvent ne pas être à jour. Vous trouverez le dernier mode d'emploi à l'adresse www.philips.com/support. Philips se réserve le droit de mettre à jour le micrologiciel de l'appareil.

Configuration Wi-Fi facile





Téléchargez l'application SleepMapper de Philips sur votre téléphone portable depuis Google Play ou l'App Store. Consultez les informations dans Google Play ou l'App Store pour vérifier si votre téléphone portable est compatible avec l'application. Vous pouvez facilement configurer la connexion Wi-Fi de votre Sleep & Wake-Up Light.

La procédure d'installation et de connexion de Sleep & Wake-Up Light au réseau Wi-Fi domestique doit être effectuée une seule fois. Cette configuration dure environ 5 à 10 minutes.



Assistant de configuration de Sleep & Wake-Up Light connecté

- 1 Lorsque vous utilisez Sleep & Wake-Up Light connecté pour la première fois, un assistant de configuration démarre sur l'appareil.
- 2 Après avoir sélectionné votre langue sur l'afficheur de l'appareil, poursuivez la procédure dans l'application. Assurez-vous que l'application est ouverte sur votre téléphone portable.
- 3 Suivez les instructions de l'application pour connecter votre appareil au réseau Wi-Fi. Si vous avez des difficultés pour connecter votre appareil, consultez la section d'assistance de l'application ou la section Dépannage de ce mode d'emploi (voir « Dépannage »).



- Si vous avez choisi précédemment de configurer votre appareil sans l'application, mais souhaitez désormais le connecter à l'application, appuyez sur l'icône Wi-Fi  dans le menu Paramètres de votre appareil. L'icône du mode point d'accès  apparaît sur l'afficheur. Ouvrez l'application sur votre téléphone portable pour vous connecter.



- Si vous avez modifié le réseau Wi-Fi domestique ou changé de mot de passe, appuyez pendant 8 secondes sur l'icône Wi-Fi  dans le menu Paramètres de votre appareil. L'icône du mode point d'accès  apparaît sur l'afficheur. Ouvrez l'application sur votre téléphone portable pour vous connecter.

L'icône de problème de connexion Wi-Fi peut apparaître sur l'afficheur si une connexion ne peut pas être établie. Consultez la section Dépannage pour résoudre le problème.

Remarque : l'application sur votre téléphone portable et votre Sleep & Wake-Up Light connecté ne peuvent communiquer ensemble QUE lorsque les deux appareils sont connectés au même réseau Wi-Fi domestique. Si ce n'est pas le cas, vous ne pouvez pas contrôler l'appareil via l'application (par exemple, définir une alarme).

Capteurs AmbiTrack

L'Éveil lumière connecté recueille des informations concernant son environnement à l'aide des capteurs AmbiTrack. Les capteurs AmbiTrack mesurent la lumière, l'humidité, la température et la pression sonore. Ces facteurs peuvent influencer votre sommeil. Vous devez consulter l'application pour obtenir des informations sur les valeurs recommandées pour des conditions de sommeil idéales. Les mesures des capteurs peuvent être influencées par l'environnement de l'appareil. Par exemple, si vous placez l'appareil à proximité d'une fenêtre ou d'une source de chaleur comme un radiateur, les capteurs de température et d'humidité risquent de pas représenter la température/le taux d'humidité de l'ensemble de la pièce.

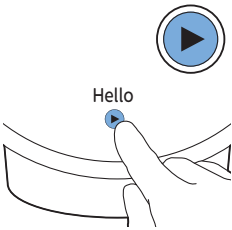
Configuration de votre appareil sans l'application

Vous pouvez configurer la lampe de repos et de réveil sans l'application. Avant de pouvoir utiliser l'appareil, vous devez exécuter un assistant de configuration sur l'appareil. Vous pouvez connecter l'appareil à l'application plus tard.

Nous vous recommandons vivement de configurer votre appareil à l'aide de l'application SleepMapper afin de bénéficier de toutes les fonctionnalités proposées par l'application.

- 1 Lancez l'assistant de configuration en appuyant sur l'icône de démarrage sur l'afficheur de l'appareil.
- 2 Vous serez guidé par l'assistant de configuration de l'appareil pour régler les paramètres de votre choix, un profil de réveil et un programme de détente.

Remarque : Le profil de réveil et le programme de détente peuvent être configurés plus tard. Tapez plusieurs fois sur la flèche pour ignorer ces paramètres. Cependant, nous vous conseillons de configurer votre profil de réveil et votre programme de détente dès ce réglage. Cela vous donne l'occasion de découvrir les différentes fonctionnalités de l'appareil.



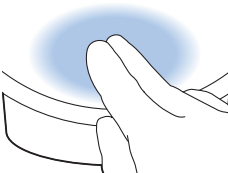
Navigation dans le menu

Si vous avez paramétré votre appareil à l'aide de l'application SleepMapper ou de l'assistant (voir « Configuration de votre appareil sans l'application ») de configuration sur l'appareil, vous verrez le menu décrit dans les sections suivantes.

Sur l'afficheur de l'appareil, vous pouvez sélectionner et régler le profil de réveil, la lampe de chevet, les paramètres, le son (source) ou le programme de détente.



Remarque : si l'afficheur est vide, placez votre main vers le bas de l'appareil pour afficher le menu. Les icônes des menus s'afficheront.





Confirmer et enregistrer les paramètres

Tous vos paramètres personnalisés et profils seront mémorisés. Vous pouvez les modifier à tout moment. Appuyez sur l'icône en forme de coche pour confirmer et enregistrer la modification de profil ou de paramètre souhaitée dans n'importe quel menu.

Remarque : vos paramètres personnalisés et profils ne seront pas perdus si vous débranchez l'adaptateur de la prise de courant.

Réglage des profils de réveil



Votre profil de réveil sur l'appareil vous permet de définir l'heure d'alarme, l'intensité lumineuse maximale et le type de son que vous souhaitez au réveil. Au total, vous pouvez définir deux profils de réveil différents dans le menu de l'appareil. Avec l'application SleepMapper, vous pouvez définir davantage de profils de réveil.

Remarque : l'afficheur principal de l'appareil affiche l'heure d'alarme réglée si une alarme est active.

Remarque : maintenez enfoncée l'icône d'alarme dans le menu principal pour désactiver toutes les alarmes à la fois.



- 1 Vous pouvez passer d'un profil de réveil à un autre sur l'appareil à l'aide des icônes en forme de flèche (◀ ▶).
- 2 Pour désactiver l'alarme, appuyez sur l'icône de désactivation de l'alarme (🔕).
- 3 Appuyez sur l'icône des paramètres d'alarme (⚙️) pour accéder au menu de configuration du profil d'alarme.



Heure et jour de l'alarme



Dans ce menu, vous pouvez modifier l'heure en appuyant sur + ou-. L'alarme se déclenche automatiquement tous les jours, à l'heure définie.



Vous pouvez sélectionner le jour de la semaine où l'alarme doit se déclencher.




- 1 Appuyez sur l'icône de calendrier (📅).
- 2 Les jours de la semaine sont indiqués par leur initiale. Lorsqu'une alarme est active, l'initiale s'affiche de manière lumineuse. Vous pouvez passer d'un jour de la semaine à l'autre à l'aide des icônes en forme de flèche.
- 3 Pour désactiver l'alarme d'un jour précis, appuyez sur l'icône (🕒). Lorsqu'un jour spécifique est inactif, l'initiale de ce jour est à peine visible.

Intensité lumineuse du profil de réveil



L'Éveil lumière simule l'aube. Comme un lever de soleil, la luminosité de la lampe augmente progressivement. Au cours de cette courbe de réveil, la couleur de la lumière passe du rouge doux au jaune vif, en passant par l'orange chaud.



Appuyez sur l'icône  sur l'afficheur pour choisir l'un des 25 niveaux d'intensité lumineuse.



Durée du profil de réveil





Par défaut, la courbe de réveil (augmentation de la luminosité jusqu'à son intensité maximale) dure 30 minutes. La durée peut être modifiée selon vos préférences en appuyant sur l'icône de l'appareil.

Type de son





Appuyez sur cette icône pour ouvrir le menu des sons et définir le son de votre profil de réveil.



- 1 Appuyez sur l'icône à bascule  pour choisir l'une des trois sons : sons naturels, radio ou pas de son.
- 2 Appuyez sur l'icône  pour sélectionner un son naturel ou sur l'icône  pour sélectionner une présélection radio.
- 3 Vous pouvez régler le volume à l'aide de l'icône du haut-parleur .

Supprimez un profil de réveil



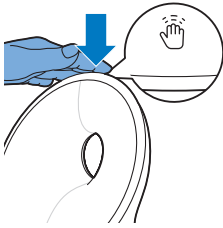
Appuyez sur cette icône  pour modifier l'alarme. Pour supprimer un profil de réveil, appuyez sur .

L'heure + alarme de secours

En cas de panne de courant, toutes les fonctions de l'appareil, y compris l'afficheur, sont désactivées. Toutefois, l'horloge interne et une alarme de secours restent actives pendant au moins 8 heures.

Si l'heure d'alarme réglée tombe pendant la coupure de courant, une alarme de secours se déclenche en émettant un signal sonore pendant environ 1 minute.

Répétition



Lorsque la courbe de réveil est terminée (lorsque l'intensité lumineuse maximale réglée a été atteinte) et que la sonnerie d'alarme est émise, vous pouvez appuyer sur le dessus de l'appareil pour répéter l'alarme.

La lampe reste allumée, mais le son est coupé. La durée de répétition peut être réglée dans l'application. La durée de répétition par défaut est de 9 minutes. Au bout de 9 minutes, la sonnerie d'alarme se déclenche à nouveau.

Remarque : la lumière s'éteint et le son s'arrête automatiquement 60 minutes après le déclenchement de l'alarme ou 60 minutes après la dernière répétition de l'alarme.

Ignorer l'alarme



Lorsque la courbe de réveil est activée ou que l'alarme se déclenche, vous pouvez l'ignorer en appuyant sur cette icône sur l'appareil. Si vous ignorez l'alarme, le profil d'alarme est désactivé pour la journée.

Utilisation de l'appareil comme lampe de chevet

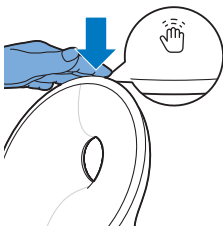


Vous pouvez utiliser Sleep & Wake-Up Light connecté comme lampe de chevet.

Appuyez sur l'icône de lampe de chevet  sur l'afficheur pour allumer la lampe de chevet.

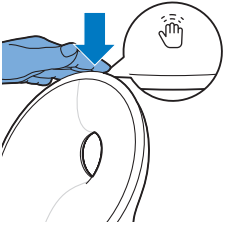
Remarque : vous pouvez augmenter et diminuer l'intensité lumineuse. Vous pouvez sélectionner une luminosité comprise entre 1 (faible) et 25 (élevée). La luminosité par défaut est de 20.

Pour l'éteindre, appuyez sur l'icône en forme de croix dans le menu.



Conseil : lorsque la lampe est allumée, vous pouvez également l'éteindre en tapotant une fois sur le dessus de l'appareil. Tous les programmes actifs seront arrêtés. Les alarmes définies resteront actives.

Éclairage nocturne



Si vous vous réveillez pendant la nuit, vous pouvez appuyer sur le dessus de l'appareil pour activer une lumière atténuée. Cette lumière orange tamisée vous offre un éclairage suffisant pour vous déplacer dans l'obscurité. Éteignez l'éclairage nocturne en appuyant de nouveau sur le dessus de l'appareil.

Remarque : L'éclairage nocturne ne peut pas être activé directement lorsque la lumière principale est déjà allumée. Dans ce cas, appuyez tout d'abord sur le dessus de l'appareil pour désactiver la lumière principale. Ensuite, appuyez pour activer l'éclairage nocturne.

Paramètres



Appuyez sur l'icône des paramètres pour ouvrir le menu correspondant.

Remarque : maintenez l'icône des paramètres enfoncée pendant 8 secondes pour ouvrir un nouveau menu, dans lequel vous pouvez sélectionner le mode VERSION (version du micrologiciel de l'appareil) ou DEMO (courbe de réveil accélérée).



Dans le menu Paramètres, vous pouvez régler l'heure (lorsque le Wi-Fi est désactivé), le signal sonore, la luminosité de l'afficheur de l'appareil et activer/désactiver le Wi-Fi.

Heure



Appuyez sur cette icône pour ouvrir le menu de l'heure.




Dans ce menu, vous pouvez modifier l'heure en appuyant sur + ou -.


Appuyez sur l'icône d'affichage de l'heure pour basculer entre les formats 12 heures et 24 heures.

Remarque : cette option n'est pas disponible lorsque l'appareil est connecté au réseau Wi-Fi.

Wi-Fi



Activez ou désactivez la connexion Wi-Fi en appuyant sur l'icône Wi-Fi. Lorsque la connexion Wi-Fi est désactivée , toute mise à jour de l'application ne sera mise en œuvre qu'après le rétablissement de la connexion Wi-Fi.


Remarque : Appuyez sur l'icône Wi-Fi  pendant 8 secondes environ pour revenir au mode point d'accès. Ouvrez le mode point d'accès lorsque vous voulez connecter votre appareil à un autre réseau Wi-Fi ou si vous avez modifié votre mot de passe Wi-Fi.



Si vous avez accidentellement activé le mode point d'accès, appuyez deux fois sur l'icône Wi-Fi dans le menu Wi-Fi pour réactiver la connexion Wi-Fi. Sleep & Wake-Up Light connecté garde en mémoire le réseau auquel vous étiez connecté.

Signal sonore



Si vous ne souhaitez pas entendre de clic lorsque vous appuyez sur une icône, appuyez sur l'icône d'activation du signal sonore pour désactiver le signal sonore. Vous entendez un clic en confirmation. Pour réactiver le signal sonore, appuyez sur l'icône .

Paramètres d'affichage



Appuyez sur l'icône des paramètres d'affichage dans le menu Paramètres pour définir les paramètres d'affichage.



Dans ce menu, vous pouvez régler le niveau de luminosité de l'afficheur et sélectionner l'option de délai d'affichage.

Luminosité de l'affichage

Vous pouvez régler la luminosité de l'afficheur du niveau 1 au niveau 6 à l'aide des icônes plus et moins. Choisissez un niveau optimal pour vous permettre de voir l'affichage pendant la nuit. L'appareil ajuste automatiquement la luminosité de l'afficheur lorsque la lumière ambiante dans votre chambre à coucher change.

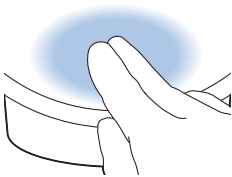
Délai d'affichage

Si vous ne voulez pas que l'appareil produise de la lumière, même pour afficher l'heure, vous pouvez désactiver complètement l'afficheur en appuyant sur l'icône de délai d'affichage. L'afficheur s'éteint graduellement quelques secondes après votre dernière interaction avec les icônes.

En règle générale, si vous ne touchez pas l'afficheur pendant un certain temps dans n'importe quel menu, l'heure et l'indication d'état se réaffichent. Si le délai d'affichage est activé, l'heure ne s'affiche pas.

Appuyez sur l'icône de délai d'affichage pour rallumer l'afficheur.

Conseil : si vous souhaitez vérifier l'heure ou sélectionner une fonction alors que le délai d'affichage est activé, il suffit de placer la main près de l'afficheur pour l'allumer pendant quelques secondes.



Écouter de la musique



Appuyez sur l'icône des sons pour sélectionner votre source sonore préférée.

Conseil : maintenez l'icône des sons enfoncée pour activer/désactiver le son via le menu.



Dans le menu Sons, vous pouvez sélectionner la radio ou écouter votre propre musique en branchant un appareil de lecture audio sur la prise AUX.

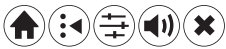
Conseil : lorsque la radio ou la musique est allumée, vous pouvez couper le son en tapotant une fois sur le dessus de l'appareil. Tous les programmes actifs seront arrêtés. Les alarmes définies resteront actives.


Écoute de la radio




Vous pouvez écouter la radio FM avec Sleep & Wake-Up Light. Si vous avez sélectionné la fonction radio dans le menu des sons, l'Éveil lumière indique la station de radio choisie. Vous pouvez modifier manuellement la station de radio en sélectionnant la fréquence FM d'une autre station.

Conseil : assurez-vous que l'antenne est complètement déroulée et déplacez-la jusqu'à obtenir une réception optimale.



Vous pouvez pré-régler 5 stations radio. Utilisez l'icône de réglage de fréquence FM  pour sélectionner une station de radio. Maintenez enfoncé le bouton flèche double pour chercher automatiquement la station de radio suivante.

Après avoir réglé une station de radio, vous pouvez facilement ajouter une autre station de radio présélectionnée en sélectionnant l'icône de bascule . Avec ce processus, vous pouvez programmer 5 stations de radio.

Réglez le volume à l'aide de l'icône du haut-parleur .

Musique via une prise auxiliaire (AUX)



Vous pouvez utiliser Sleep & Wake-Up Light connecté comme haut-parleur en branchant un lecteur de musique (par exemple, votre téléphone portable) sur la prise AUX.

Si le son n'est pas suffisamment fort alors que vous avez réglé l'appareil sur le volume maximum, augmentez le volume du lecteur de musique.

Si le son est trop fort ou distordu alors que le volume de l'appareil est faible, baissez le volume de votre lecteur de musique.

Remarque : vous avez besoin d'un câble AUX pour connecter Sleep & Wake-Up Light connecté à un lecteur de musique.

Remarque : vous ne pouvez pas être réveill(e) par la musique provenant d'un appareil connecté à l'entrée AUX.

Programmes de détente



Appuyez sur l'icône de programme de détente pour choisir le programme de détente souhaité.



L'appareil propose deux programmes de détente pour vous relaxer avant de vous endormir : simulation de coucher de soleil et programme de relaxation RelaxBreathe.

Vous pouvez aussi désactiver le programme de détente en tapotant sur le dessus de l'appareil.

Vous pouvez également activer ou désactiver la fonction Heure du coucher dans ce menu.

Simulation du coucher du soleil




Pendant la simulation de coucher de soleil, l'intensité de la lumière diminue progressivement, sa couleur allant du jaune vif au rouge doux, en passant par l'orange chaud.



Appuyez sur l'icône Simulation de coucher de soleil pour accéder au menu de configuration de simulation de coucher de soleil.



Appuyer sur Lecture pour commencer la simulation de coucher de soleil. Appuyez sur le bouton d'arrêt  ou sur le dessus de l'appareil pour arrêter le programme.



Utilisez cette icône pour définir la durée de la simulation de coucher de soleil. Vous pouvez sélectionner une durée de 5, 10, 15, 20, 30 ou 45 minutes.




Vous pouvez modifier l'intensité lumineuse de la simulation de coucher de soleil à l'aide de l'icône de lumière.



Appuyez sur l'icône des sons pour définir un son qui s'estompe au cours de la simulation de coucher de soleil.



Appuyez sur l'icône de bascule  pour choisir l'une des trois options sonores : sons naturels, radio ou pas de son. Vous pouvez aussi écouter votre propre musique en branchant un appareil de lecture audio sur la prise AUX.

Appuyez sur l'icône des sons naturels  pour sélectionner l'un des sons naturels.

Vous pouvez régler le volume initial à l'aide de l'icône du haut-parleur .

RelaxBreathe




RelaxBreathe utilise la technique de respiration abdominale pour le programme de respiration. Vous pouvez choisir l'un des programmes de respiration, guidés par la lumière ou le son. L'association des exercices de respiration abdominale et du guidage par Sleep & Wake-Up Light connecté vous permet de vous détendre et de vous relaxer.



Appuyez sur l'icône RelaxBreathe pour accéder au menu de configuration du programme de relaxation RelaxBreathe.



Appuyer sur Lecture pour commencer la séance de relaxation RelaxBreathe. Appuyez sur le bouton d'arrêt  ou sur le dessus de l'appareil pour arrêter le programme RelaxBreathe.



Appuyez sur cette icône pour définir la durée du programme de relaxation. Vous pouvez sélectionner une durée de 5, 10 ou 15 minutes.



Vous pouvez sélectionner l'un des sept programmes de relaxation avec des rythmes de respiration prédéfinis. Chaque programme de relaxation propose un rythme de respiration différent. Le programme « 4 respirations » est prédéfini sur 4 respirations par minute. Le programme « 5 respirations » est prédéfini sur 5 respirations par minute. Chaque programme suivant possède une respiration supplémentaire par minute. Le dernier programme (10 respirations) est prédéfini sur 10 respirations par minute.



Vous pouvez choisir d'être guidé par la lumière ou le son pendant le programme de relaxation sélectionné. Suivez la lumière ou le son lorsque vous inspirez et expirez.

- Lorsque vous êtes guidé par la lumière, inspirez lorsque l'intensité lumineuse augmente. Entre les deux légers clignotements, retenez votre respiration. Expirez lentement lorsque l'intensité lumineuse diminue.
- Lorsque vous êtes guidé par le son, inspirez lorsque l'intensité du bruit des vagues augmente. Lorsque le son s'interrompt, retenez votre respiration. Expirez lentement lorsque l'intensité du bruit des vagues diminue.

Pour vous détendre, suivez le rythme de votre choix à l'aide de la lumière ou du son. Vous pouvez même le faire les yeux fermés.

Remarque : Vous pouvez trouver une vidéo d'instructions pour RelaxBreathe dans l'application et sur le site Web de Philips.

Respiration abdominale pour la relaxation

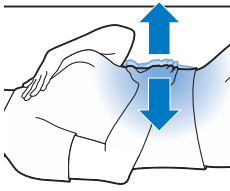
La respiration abdominale est l'exercice de respiration le plus efficace pour la relaxation. Lorsque vous respirez par le ventre, le diaphragme est automatiquement tiré vers le bas. Cela étire les poumons et vous permet d'inspirer profondément.

Attention : Si vous ressentez une gêne à tout moment pendant cet exercice de respiration, recommencez à respirer normalement.

Comment respirer par le ventre

- 1 Installez-vous confortablement sur le dos.
- 2 Inspirez par le nez et expirez par le nez ou la bouche.





- 3 Placez une main sur le ventre et l'autre sur la poitrine.
Vous devez voir la main placée sur le ventre monter avec chaque inspiration et descendre avec chaque expiration. La main sur la poitrine ne doit se déplacer que légèrement.
- 4 La respiration devrait uniquement venir du ventre. Essayez de faire en sorte que votre expiration soit plus longue que votre inspiration, car cela peut vous détendre rapidement.

Remarque : La fonction RelaxBreathe de l'appareil peut vous guider pendant l'exercice de respiration abdominale.

Fonction Heure du coucher



Vous pouvez mesurer le temps que vous passez au lit en appuyant sur le dessus de l'appareil pendant environ 2 secondes avant de vous endormir pour activer la fonction Heure du coucher. Vous pouvez également l'activer dans le menu détente. Vous pouvez également démarrer la fonction Heure du coucher en appuyant sur « commencer le suivi » dans l'application SleepMapper.



Une icône en forme de lune apparaît sur l'afficheur de l'appareil pour indiquer que le suivi de l'heure du coucher a commencé. Vous trouverez plus d'informations sur la fonction Heure du coucher dans l'application.

Charge du téléphone portable

Vous pouvez utiliser le port USB (voir « Description générale ») pour charger votre téléphone portable.

Nettoyage et rangement

- Nettoyez l'appareil avec un chiffon doux et sec.
- N'utilisez pas de produits de nettoyage ou de tampons abrasifs ni de solvants tels que l'alcool, l'acétone, etc., car cela pourrait endommager la surface de l'appareil.
- Si vous ne comptez pas utiliser l'appareil pendant une période prolongée, débranchez l'adaptateur de la prise secteur et rangez l'appareil dans un endroit sûr et sec, où il ne risque pas d'être écrasé, bousculé ni endommagé.
- N'enroulez pas le cordon autour de l'appareil pour le ranger.

Recyclage



- Ce symbole signifie que ce produit ne doit pas être jeté avec les déchets ménagers (2012/19/EU).
- Respectez les réglementations de votre pays concernant la collecte séparée des appareils électriques et électroniques. La mise au rebut appropriée des piles permet de protéger l'environnement et la santé.



Points de collecte sur www.quefairedemesdechets.fr

Garantie et assistance

Si vous avez besoin d'aide ou d'informations supplémentaires, consultez le site Web www.philips.com/support ou contactez votre revendeur Philips. Vous pouvez également contacter le Service Consommateurs Philips de votre pays (consultez le dépliant de garantie internationale pour obtenir ses coordonnées).

Dépannage

Cette rubrique récapitule les problèmes les plus courants que vous pouvez rencontrer avec l'appareil. Si vous ne parvenez pas à résoudre le problème à l'aide des informations ci-dessous, rendez-vous sur le site www.philips.com/support et consultez la liste de questions fréquemment posées ou contactez le Service Consommateurs Philips de votre pays.

Si vous procédez à la mise à jour de l'appareil en le connectant au réseau Wi-Fi, les informations figurant dans ce document peuvent ne pas être à jour. Vous trouverez le dernier mode d'emploi à l'adresse www.philips.com/support. Philips se réserve le droit de mettre à jour le micrologiciel de l'appareil.

Dépannage de la connectivité


Problème	Solution
Je ne parviens pas à télécharger l'application sur mon téléphone portable.	L'application est disponible pour les téléphones portables Android et iOS. L'application n'est pas compatible avec les téléphones Windows.

Problème	Solution
Je ne parviens pas à connecter mon Éveil lumière à mon réseau Wi-Fi domestique. Que dois-je faire ?	<p>Si vous n'arrivez pas à connecter votre Éveil lumière à votre réseau Wi-Fi domestique et que l'icône du mode point d'accès clignote, (†) vous avez peut-être l'un des problèmes suivants :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mot de passe incorrect. Vérifiez que vous avez entré le bon mot de passe Wi-Fi et réessayez. 2. Votre routeur est-il compatible avec une connexion à l'Éveil lumière ? Votre routeur doit disposer d'une bande de 2,4 GHz pour communiquer avec l'appareil. Lors de la première configuration, assurez-vous que votre téléphone portable et l'appareil sont tous les deux connectés au même réseau Wi-Fi 2,4 GHz, sinon vous ne pourrez pas les connecter l'un à l'autre. L'appareil ne peut pas se connecter à un réseau 5 GHz. Déconnectez temporairement le réseau 5 GHz pour connecter l'appareil à un réseau 2,4 GHz. Vous pourrez ensuite réactiver le réseau 5 GHz. 3. Vérifiez la puissance du signal de la connexion Wi-Fi. Si le signal est faible, l'appareil ne peut pas se connecter correctement. Rapprochez l'appareil du routeur pour disposer d'un bon signal Wi-Fi.
	<p>Si les étapes précédentes ne permettent pas de résoudre le problème, envisagez ce qui suit :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rétablissez les réglages par défaut en enfonçant l'extrémité d'un trombone dans le bouton de réinitialisation situé à l'arrière de l'appareil (voir « Description générale »). Cette réinitialisation supprimera tous les paramètres personnels. 2. Si le problème ne concerne pas les étapes précédentes, contactez le Service Consommateurs Philips de votre pays.
La connexion de mon Sleep & Wake-Up Light connecté à un réseau Wi-Fi invité ne fonctionne pas.	L'utilisation de votre appareil sur un réseau invité n'est pas prise en charge. Veuillez connecter votre appareil à un réseau Wi-Fi classique.
Comment supprimer mes paramètres Wi-Fi personnels et mes alarmes de Sleep & Wake-Up Light connecté ?	Rétablissez les réglages par défaut en enfonçant l'extrémité d'un trombone dans le bouton de réinitialisation situé à l'arrière de l'appareil (voir « Description générale »).
Je souhaite connecter mon nouveau smartphone à mon Sleep & Wake-Up Light. Que dois-je faire ?	<p>Si votre téléphone portable est toujours connecté à Sleep & Wake-Up Light, commencez par supprimer la connexion dans l'application sous l'onglet « plus » en sélectionnant « Oublier l'appareil ».</p> <p>Veuillez réinstaller l'application sur votre nouveau téléphone portable. Indiquez dans l'application que vous avez déjà installé Sleep & Wake-Up Light connecté et suivez les instructions dans l'application.</p>

Problème	Solution
<p>Je ne parviens pas à utiliser l'application pour définir des alarmes ou contrôler Sleep & Wake-Up Light connecté.</p>	<p>Tout d'abord, vérifiez si votre Sleep & Wake-Up Light est connectée à un réseau Wi-Fi. Si vous avez effectué la configuration Wi-Fi via l'application SleepMapper de Philips et connecté votre appareil à un réseau Wi-Fi spécifique, le symbole Wi-Fi devrait s'afficher dans le coin supérieur droit de l'afficheur principal de l'appareil. .</p> <p>Tout d'abord, vérifiez si la fonction Wi-Fi est activée sur le téléphone portable et le routeur. Si vous voyez l'icône Wi-Fi désactivé  sur l'afficheur de l'appareil, activez d'abord la connexion Wi-Fi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Votre téléphone portable pourrait s'être reconnecté à un réseau Wi-Fi différent. Assurez-vous que le téléphone portable et l'appareil sont connectés au même réseau Wi-Fi domestique. <p>Si vous voyez l'icône de problème de connexion Wi-Fi , vous avez peut-être l'un des problèmes suivants.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Vérifiez les paramètres de votre réseau Wi-Fi domestique sur le routeur. Il est possible que la fonction Universal Plug-and-Play (UPnP) ne soit pas activée sur votre routeur. Activez cette fonction sur le routeur. 2. Vérifiez la puissance du signal de la connexion Wi-Fi. Si le signal est faible, l'appareil ne peut pas se connecter correctement. Rapprochez l'appareil du routeur pour disposer d'un bon signal Wi-Fi. 3. Vous pourriez avoir changé le mot de passe du réseau Wi-Fi domestique ou installé un nouveau routeur. <hr/> <p>Si les étapes précédentes ne permettent pas de résoudre le problème, envisagez ce qui suit :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rétablissez les réglages par défaut en enfonçant l'extrémité d'un trombone dans le bouton de réinitialisation situé à l'arrière de l'appareil (voir « Description générale »). Cette réinitialisation supprimera tous les paramètres personnels. 2. Si le problème ne concerne pas les étapes précédentes, contactez le Service Consommateurs Philips de votre pays.
<p>J'ai un nouveau routeur/mot de passe Wi-Fi/réseau Wi-Fi et je souhaite y connecter mon Sleep & Wake-Up Light connecté. Que dois-je faire ?</p>	<p>Suivez la procédure suivante pour reconfigurer une connexion :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dans l'application SleepMapper, accédez à l'onglet «Plus», cliquez sur «Afficher les détails de l'appareil», puis sélectionnez «Oublier l'appareil». 2. Dans le menu Paramètres de votre Sleep & Wake-Up Light, maintenez l'icône Wi-Fi enfoncée pendant 8 secondes. Vous verrez l'icône du mode point d'accès  sur l'afficheur. 3. Ouvrez de nouveau l'application, accédez à l'onglet «Plus» pour sélectionner «Ajouter un nouvel appareil». Suivez les instructions de l'application.

Dépannage général


Problème	Solution
L'icône de l'afficheur ou le voyant de l'appareil ne répond pas lorsque j'essaie de régler différentes fonctions.	<p>1. Débranchez l'appareil en retirant l'adaptateur de la prise secteur. Patientez 10 secondes et rebranchez l'appareil. Rallumez-le.</p> <p>2. Si le redémarrage de l'appareil ne fonctionne pas, rétablissez les paramètres par défaut en enfonçant l'extrémité d'un trombone dans le bouton de réinitialisation situé à l'arrière de l'appareil (voir « Description générale »). Veuillez noter que tous les paramètres personnels (réglage de l'alarme, etc.) seront supprimés en rétablissant les paramètres par défaut.</p> <p>Si l'appareil ne fonctionne toujours pas, contactez le Service Consommateurs Philips de votre pays.</p>
La lampe ne s'allume pas lorsque l'alarme se déclenche.	<p>Le niveau de luminosité est peut-être trop faible. Augmentez le niveau d'intensité lumineuse dans votre profil de réveil.</p> <p>Vous avez peut-être désactivé la fonction d'alarme. L'icône d'alarme est visible sur l'afficheur lorsque l'alarme est active.</p>
La lampe ne s'allume pas immédiatement lorsque je l'allume.	La lampe peut prendre 1 à 5 secondes pour s'allumer, selon le niveau d'intensité lumineuse sélectionné.
Il n'y a aucun son lorsque l'alarme se déclenche.	<p>Le niveau sonore est peut-être trop bas. Pour régler un niveau sonore plus élevé, augmentez le volume du son de réveil dans votre profil de réveil.</p> <p>Si vous avez programmé une alarme, vous verrez tout d'abord la lumière de la courbe de réveil. La sonnerie d'alarme ne se déclenche qu'à l'heure d'alarme réglée. Vous pouvez modifier la durée de la courbe de la lumière de réveil.</p> <p>Si vous avez sélectionné la radio FM comme sonnerie d'alarme, allumez la radio FM après avoir désactivé l'alarme pour vérifier si elle fonctionne. Vérifiez si la radio FM est correctement réglée sur une station de radio. Si nécessaire, ajustez la fréquence. Si la radio ne fonctionne toujours pas, contactez le Service Consommateurs Philips de votre pays.</p>
La radio FM ne fonctionne pas ou émet un crépitement.	<p>Vérifiez si la radio FM est correctement réglée sur une station de radio. Si nécessaire, ajustez la fréquence.</p> <p>Déplacez l'antenne. Vérifiez que vous avez complètement déroulé l'antenne.</p> <p>Le signal d'émission est peut-être faible. Réglez la fréquence et/ou déplacez l'antenne. Vérifiez que vous l'avez complètement déroulée.</p>
L'alarme s'est déclenchée hier, mais pas aujourd'hui.	<p>Vous avez peut-être désactivé la fonction d'alarme ou réglé l'alarme pour un jour donné uniquement. L'icône d'alarme est visible sur l'afficheur lorsque l'alarme doit se déclencher dans les 24 heures.</p> <p>Dans l'application SleepMapper de Philips, vous avez plusieurs options de réglage d'alarme ; il est possible que l'alarme n'ait pas été réglée correctement. Vérifiez si vous avez réglé l'alarme correctement dans l'application. Assurez-vous que votre appareil et l'application sont connectés au même réseau Wi-Fi domestique lors du réglage de l'alarme.</p>

Problème	Solution
J'ai voulu utiliser la fonction de répétition, mais l'alarme ne s'est pas déclenchée à nouveau au bout de 9 minutes.	Vous avez peut-être appuyé accidentellement sur l'icône  sur l'afficheur pour ignorer l'alarme. Cela désactive l'alarme pendant une journée. Appuyez sur le dessus de l'appareil pour répéter l'alarme.
La lumière me réveille trop tôt ou trop tard.	Vous avez peut-être choisi un niveau d'intensité lumineuse qui ne vous convient pas. Essayez un niveau d'intensité lumineuse plus faible si vous vous réveillez trop tôt ou plus élevé si vous vous réveillez trop tard. Vous pouvez aussi modifier la durée de la courbe de réveil. Si l'intensité lumineuse 1 n'est pas suffisamment basse, placez l'appareil plus loin du lit. Si l'intensité lumineuse n'est pas assez élevée pour vous réveiller, veillez à ce que la lumière émise par l'appareil ne soit pas occultée par un objet et à ce que l'appareil soit proche.
Je ne parviens pas à activer ou désactiver l'éclairage nocturne.	Veillez à appuyer au bon endroit (dessus ou arrière) sur l'appareil.
Je ne parviens pas à diffuser de la musique via USB.	La connexion USB est réservée à la charge de votre téléphone portable. Vous n'êtes pas en mesure de diffuser de la musique sur Sleep & Wake-Up Light connecté.
La prise AUX ne fonctionne pas correctement.	Essayez de régler le volume de votre téléphone portable plus haut ou plus bas. Si nécessaire, ajustez également le niveau de volume sur l'appareil.
Subitement, l'appareil émet un signal sonore.	L'alarme de secours s'est déclenchée. Cela peut se produire jusqu'à 8 heures après le débranchement de l'alimentation et lorsque l'heure d'alarme réglée est atteinte. La sonnerie d'alarme s'arrête automatiquement au bout d'environ 1 minute. Vous pouvez également arrêter la sonnerie d'alarme immédiatement si vous allumez l'appareil pendant un bref instant. Afin d'éviter que l'alarme de secours se déclenche lorsque l'alimentation est déconnectée (p. ex. pendant le rangement), désactivez les alarmes avant la mise hors tension.


Caractéristiques techniques

Adaptateur

Fabricant	PHILIPS
Numéro de modèle	HF20
Tension d'entrée nominale	100 – 240 V CA
Fréquence d'entrée nominale	50 / 60 Hz
Tension de sortie nominale	24 V CC
Courant de sortie nominal	0,75 A
Puissance de sortie nominale	18 W

Puissance hors charge	< 0,1 W
Classe d'efficacité	VI
Classification de sécurité	Alimentation classe II 
Dimensions (hauteur x largeur x profondeur)	35 x 78 x 66 mm
Poids	Environ 0,12 kg
Longueur du cordon	Environ 150 cm

Unité principale

Fabricant	PHILIPS
Numéro de modèle	HF3670, HF3671, HF3672
Tension d'entrée nominale	24 V CC
Intensité d'entrée nominale	0,75 A
Puissance d'entrée nominale	18 W
Consommation en veille de l'appareil (unité principale + adaptateur)	< 2 W (Wi-Fi activé et luminosité maximale) < 1 W (Wi-Fi désactivé et luminosité maximale)
Conditions d'utilisation : nuit (12 h / 0 lux), jour (12 h / 500 lux), avec toutes les fonctions suspendues	< 0,5 W (Wi-Fi et afficheur éteints)
Classification de sécurité	Luminaire de classe III 
Dimensions (hauteur x largeur x profondeur)	Environ 225 x 220 x 120 mm
Poids	Environ 0,78 kg
Ports	
Charge USB	5 V CC, 1 A
Sensibilité AUX	280 mV
Lumière	
Émission lumineuse (niveau 1 – 25)	Environ 1 lux à 350* lux à 45 cm *selon le modèle
Couleur de la lumière (niveau 1 – 25)	Environ 1 500 K – 2 800 K
FM	
Bande de fréquences radio FM	87,5 MHz – 108 MHz
Wi-Fi	
Fréquence de fonctionnement (canal 1 - 13)	2 412 MHz – 2 472 MHz

116 Français

Type de modulation	IEEE 802.11b, 802.11g, 802.11n
Puissance de sortie RF	Max. 20 dBm
Capteurs AmbiTrack	
Capteur de luminosité	0 lux à 2 500 lux
Capteur de température	0 °C à 50 °C
Capteur d'humidité	0 % à 100 % (taux d'humidité relative)
Capteur de pression sonore	30 dBA à 70 dBA

Conditions de fonctionnement

Température	5 °C à 35 °C
Humidité relative	20 % à 90 % (sans condensation)
Pression atmosphérique	86 kPa à 106 kPa

Conditions de stockage

Température	-20 °C à 50 °C
Humidité relative	20 % à 90 % (sans condensation)
Pression atmosphérique	86 kPa à 106 kPa

Logiciels libres et tiers

Vous pouvez trouver une copie du contrat de licence des logiciels en open-source ou des logiciels commerciaux tiers sur le site www.philips.com/support
Recherchez le numéro de l'appareil HF3670 / HF3671 / HF3672 / HF3650 / HF3651 / HF3652 / HF3653 / HF3654 sur la page de la documentation technique du produit.

Sommario

Introduzione	118
Descrizione generale	118
Uso previsto	118
Effetti della Sleep & Wake-Up Light	118
Informazioni di sicurezza importanti	119
Sicurezza e conformità	121
Campi elettromagnetici (EMF)	121
Icone del menu interattivo	121
Connessione dell'apparecchio al Wi-Fi	122
Navigazione del menu	123
Configurazione dei profili di sveglia	124
Orario + sveglia di riserva	125
Funzione Snooze	126
Spegnimento della sveglia	126
Utilizzo dell'apparecchio come lampada per il comodino	126
Luce notturna	127
Impostazioni	127
Ascolto di musica	128
Programmi di rilassamento	129
Sunset Simulation (simulazione del tramonto)	130
RelaxBreathe	130
Funzione dell'ora di dormire	132
Come ricaricare il telefono cellulare	132
Pulizia e conservazione	132
Riciclaggio	133
Garanzia e assistenza	133
Risoluzione dei problemi	133
Specifiche	137
Software open source e di terze parti	139

Introduzione

Congratulazioni per l'acquisto e benvenuti in Philips! Per trarre il massimo vantaggio dall'assistenza fornita da Philips, registrate il vostro prodotto sul sito www.philips.com/welcome.

La Sleep & Wake-Up Light connessa di Philips SmartSleep favorisce un risveglio più dolce. La luce prepara delicatamente il vostro corpo al risveglio all'ora stabilita e può essere accompagnata da suoni della natura o dalla radio FM.

La funzione di respirazione guidata dalla luce, le impostazioni personalizzate del sole, il rilevamento dell'ambiente della camera da letto e molte altre funzioni rendono la Sleep & Wake-Up Light connessa il complemento ideale per la vostra camera da letto.

Suggerimento: L'utilizzo dell'app SleepMapper di Philips attiverà anche delle funzioni aggiuntive. Queste funzioni sono spiegate nell'app.

Se avete aggiornato l'apparecchio connettendolo alla rete Wi-Fi tramite l'app, le informazioni in questo documento potrebbero non essere aggiornate. Potete trovare il manuale dell'utente più recente nel sito www.philips.com/support cercando il numero del tipo di apparecchio.

Descrizione generale

Le voci numerate in questo elenco si riferiscono alle voci numerate nell'illustrazione generale.

- 1 Alloggiamento della lampada
- 2 Display
- 3 Sensore di pressione sonora
- 4 Porta di ricarica USB
- 5 Pulsante Reset
- 6 Antenna radio
- 7 Sensore AmbiTrack: Sensore di umidità e temperatura
- 8 Presa ausiliaria (AUX)
- 9 Presa adattatore CC
- 10 Altoparlante
- 11 Snooze/Luce notturna
- 12 Adattatore
- 13 Spinotto

Uso previsto

La Sleep & Wake-Up Light connessa di Philips SmartSleep è stata progettata per favorire un risveglio più naturale e rigenerante e per offrire una sensazione di rilassamento prima di addormentarsi.

Non è un prodotto per l'illuminazione generale.

Effetti della Sleep & Wake-Up Light

La Sleep & Wake-Up di Philips SmartSleep prepara gradualmente il corpo al risveglio durante gli ultimi 30 minuti di sonno. Nelle prime ore del mattino gli

occhi sono più sensibili alla luce rispetto a quando si è svegli. In questo periodo, l'intensità luminosa relativamente bassa di un'alba naturale simulata prepara il corpo al risveglio e all'attenzione.

Le persone che usano l'apparecchio si svegliano più facilmente, hanno un umore migliore al mattino e si sentono più energiche. Poiché la sensibilità all'esposizione luminosa varia da persona a persona, potete regolare l'intensità della luce dell'apparecchio su un livello corrispondente alla vostra sensibilità per iniziare al meglio la giornata.

Per beneficiare in modo ottimale degli effetti della Sleep & Wake-Up Light connessa, posizionate l'apparecchio a circa 40 – 50 cm dalla testa, su una superficie piana e stabile del comodino.

Per ulteriori informazioni sulla Sleep & Wake-Up Light connessa, visitate il sito www.philips.com.

Informazioni di sicurezza importanti

Prima di utilizzare l'apparecchio, leggete attentamente queste informazioni importanti e conservatele per eventuali riferimenti futuri.

Pericolo



- Acqua ed elettricità costituiscono una combinazione pericolosa. Non usate l'apparecchio in ambienti bagnati (ad esempio in bagno, vicino a una doccia aperta o a una piscina).
- Mantenete l'adattatore sempre asciutto.
- L'apparecchio deve essere utilizzato solo in interni.
- Evitate il contatto diretto dell'apparecchio con l'acqua.
- Non immergete l'apparecchio in acqua, non risciacquate l'apparecchio sotto l'acqua corrente.
- Non posizionate niente sopra o in prossimità dell'apparecchio che possa riversare su di esso acqua o altri tipi di liquidi.
- L'adattatore contiene un trasformatore che converte una tensione di rete non sicura di 100 - 240 V CA in una bassa tensione sicura di 24 V CC. Non tagliate l'adattatore per sostituirlo con un'altra spina onde evitare situazioni pericolose.

Avvertenza

- Non utilizzate in nessun caso l'apparecchio se l'alloggiamento della lampada è danneggiato, rotto o assente.
- Non utilizzate l'apparecchio se l'adattatore, il cavo o l'apparecchio stesso risulta danneggiato, se l'apparecchio è venuto a contatto con liquidi o se oggetti sono caduti sopra di esso o al suo interno, in caso di esposizione dell'apparecchio a pioggia o umidità, se non funziona normalmente oppure è stato fatto cadere o ha subito danni.
- Se durante l'esercizio di respirazione con la funzione RelaxBreathe avvertite disagio, riprendete a respirare normalmente.
- Utilizzate l'apparecchio esclusivamente con l'adattatore in dotazione.
- Qualora l'adattatore fosse danneggiato, dovrà essere sostituito esclusivamente con un adattatore originale per evitare situazioni pericolose.

- L'apparecchio non è destinato a persone (inclusi bambini) con capacità mentali, fisiche o sensoriali ridotte, fatti salvi i casi in cui tali persone abbiano ricevuto assistenza o formazione per l'uso dell'apparecchio da una persona responsabile della loro sicurezza.
- Se avete sofferto o soffrite di depressione, consultate un medico prima di utilizzare l'apparecchio.
- Non utilizzate questo apparecchio come metodo per ridurre le ore di sonno. Lo scopo di questo apparecchio è facilitare il risveglio e non ridurre la necessità di sonno.

Attenzione

- Prima di collegare l'apparecchio, verificate che la tensione riportata sulla spina corrisponda alla tensione disponibile.
- Proteggete il cavo di alimentazione per evitare di calpestarlo o stringerlo, in particolare vicino a spine, prese a muro e nei punti in cui esce dalla lampada.
- Per evitare danni irreparabili, non usate l'adattatore in o vicino a prese a muro che contengono un deodorante elettrico per ambienti.
- Non fate cadere l'apparecchio sul pavimento, non colpitelo con violenza né esponetelo a urti eccessivi.
- Appoggiate l'apparecchio su una superficie stabile, orizzontale e non scivolosa.
- Non ostacolate il raffreddamento dell'apparecchio coprendolo con oggetti quali coperte, tende, indumenti, carta e così via.
- Non usate l'apparecchio a una temperatura ambiente inferiore a 5 °C o superiore a 35 °C.
- L'apparecchio non dispone di un interruttore di accensione/spengimento. Per scollegare l'apparecchio, rimuovete l'adattatore dalla presa di corrente. L'adattatore e la presa di corrente devono essere sempre facilmente accessibili.
- Questo apparecchio è stato progettato solo per l'uso domestico e in luoghi analoghi, ad esempio hotel.
- Non collocate sull'apparecchio sorgenti di fiamme non protette, come le candele.
- I LED all'interno della Wake-Up Light non sono sostituibili; una volta che hanno raggiunto la fine del loro ciclo di vita, è necessario sostituire l'intera Wake-Up Light.

Indicazioni generali

- Se vi svegliate spesso troppo presto o accusando mal di testa, riducete il livello di intensità luminosa e/o la durata di simulazione del sorgere del sole impostata.
- Se vi svegliate spesso con il suono della sveglia, aumentate il livello di intensità luminosa o la durata di simulazione del sorgere del sole impostati.
- Se dormite con un'altra persona, quest'ultima può essere svegliata dalla luce dell'apparecchio, anche se si trova a una certa distanza. Questo fenomeno è causato dalle differenze di sensibilità alla luce tra le varie persone.
- Il consumo energetico dell'apparecchio è minimo se nessun dispositivo è collegato alla porta USB e se la lampada, la radio, il display e il Wi-Fi sono spenti.

Sicurezza e conformità

























Questo apparecchio è conforme ai requisiti di sicurezza dell'Unione Europea per:

- IEC 60598: apparecchi per illuminazione
- IEC 62471: sicurezza fotobiologica di lampade e sistemi di lampade
- IEC 62368: Apparecchiatura audio/video, informativa e di comunicazione.

Campi elettromagnetici (EMF)

Questo apparecchio Philips è conforme a tutti gli standard e alle norme applicabili relativi all'esposizione a campi elettromagnetici.

Icone del menu interattivo

	Profilo di sveglia/Sveglia		Intensità luminosa e luce accesa/spenta		Torna al livello superiore del menu
	Impostazioni		Suoni		Conferma e salva l'impostazione
	Programma di rilassamento		Presa AUX		Radio
	Attiva il Wi-Fi		Disattiva il Wi-Fi		Modifica le impostazioni della sveglia
	Impostazioni e luminosità del display		Selezione del suono naturale		Spegne la sveglia
	Attiva il timeout del display		Disattiva il timeout del display		Disattiva la sveglia
	Attiva il feedback audio		Disattiva il feedback audio		Guida luminosa o sonora
	Sunset Simulation (simulazione del tramonto)		Durata del profilo di sveglia		Elimina il profilo di sveglia
	Giorni della settimana		RelaxBreathe		Ritmo RelaxBreathe
	Seleziona il giorno della settimana		Deseleziona il giorno della settimana		Durata di un programma
	Avvia ora di dormire		Avvia il programma		Interrompe il programma

Connessione dell'apparecchio al Wi-Fi

Se avete aggiornato l'apparecchio connettendolo alla rete Wi-Fi tramite l'app, le informazioni in questo documento potrebbero non essere aggiornate. Il manuale dell'utente più recente è disponibile sul sito

www.philips.com/support. Philips si riserva il diritto di aggiornare il firmware dell'apparecchio.

Facile configurazione del Wi-Fi





Scaricate l'app SleepMapper di Philips da Google Play o dall'App Store sul vostro cellulare. Per verificare se il vostro cellulare è compatibile con l'app, consultate le informazioni disponibili in Google Play o nell'App Store. Potete facilmente configurare la connessione Wi-Fi alla funzione Sleep & Wake-Up Light connessa.

La configurazione per installare la Sleep & Wake-Up Light e connetterla alla rete Wi-Fi di casa deve essere effettuata una sola volta. Questa operazione richiederà circa 5-10 minuti.



Configurazione guidata della Sleep & Wake-Up Light connessa

- 1 Quando si utilizza la Sleep & Wake-Up Light connessa per la prima volta, verrà avviata una configurazione guidata sull'apparecchio.
- 2 Dopo aver selezionato la lingua sul display dell'apparecchio, continuate la procedura nell'app. Assicuratevi che l'app sia aperta sul vostro cellulare.
- 3 Seguite le istruzioni nell'app per connettere l'apparecchio alla rete Wi-Fi. Se si verificano problemi nella connessione dell'apparecchio, controllate la sezione di supporto nell'app o le voci riportate nella sezione della risoluzione dei problemi in questo manuale dell'utente (vedere "Risoluzione dei problemi").



- Se in precedenza avete scelto di configurare l'apparecchio senza l'app, ma ora desiderate connetterlo all'app, tenete premuta l'icona Wi-Fi  nel menu delle impostazioni del vostro apparecchio. L'icona della modalità punto di accesso  verrà visualizzata sul display. Aprite l'app sul cellulare per la connessione.



- Se avete cambiato la rete Wi-Fi di casa o la password, è anche necessario tenere premuta l'icona Wi-Fi  nel menu delle impostazioni del vostro apparecchio per 8 secondi. L'icona della modalità punto di accesso  verrà visualizzata sul display. Aprite l'app sul cellulare per la connessione.

Se non si riesce a stabilire una connessione, potrebbe venire visualizzata l'icona che indica un problema di connessione Wi-Fi. Controllate la sezione della risoluzione dei problemi per risolvere il problema.

Nota: l'app sul cellulare e la Sleep & Wake-Up Light connessa possono comunicare tra di loro SOLO se sono entrambe connesse alla stessa rete Wi-Fi di casa. In caso contrario, non potrete controllare l'apparecchio in remoto tramite l'app (ad es. per impostare una sveglia).

Sensori AmbiTrack

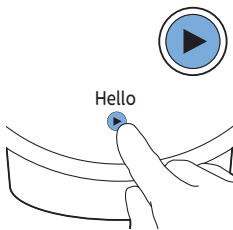
La Sleep & Wake-Up Light connessa raccoglie informazioni dall'ambiente circostante tramite i sensori AmbiTrack. Essi misurano la luce, l'umidità, la

temperatura e la pressione sonora. Questi fattori possono influire sul sonno. Le informazioni sui valori consigliati per condizioni di sonno ideali possono essere visualizzate solo nell'app. Le misurazioni dei sensori possono essere influenzate dall'ambiente circostante dell'apparecchio. Ad esempio, se posizionate l'apparecchio accanto una finestra o vicino una fonte di riscaldamento, ad esempio un radiatore, i sensori di temperatura e umidità potrebbero non rappresentare la temperatura o l'umidità dell'intera stanza.

Configurazione dell'apparecchio senza l'app

Potete configurare la Sleep & Wake-Up Light anche senza l'app. Prima di utilizzare l'apparecchio, è necessario innanzitutto completare una configurazione guidata. Potete connettere l'apparecchio all'app in un secondo momento.

Vi consigliamo di configurare l'apparecchio con l'app SleepMapper al fine di usufruire di tutte le funzionalità offerte dall'app.



- 1 Avviate la configurazione guidata toccando l'icona di avvio sul display dell'apparecchio.
- 2 Verrete guidati attraverso la procedura di configurazione sull'apparecchio, dove potete specificare le impostazioni desiderate, un profilo di sveglia e un programma di rilassamento.

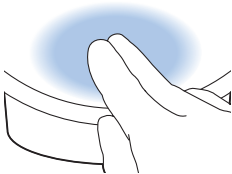
Nota: il profilo di sveglia e il programma di rilassamento possono essere impostati in un secondo tempo. Per saltare queste impostazioni toccare ripetutamente la freccia. Tuttavia, si consiglia di impostare il profilo di sveglia e il programma di rilassamento durante questa fase. In tal modo è possibile esplorare le diverse funzioni dell'apparecchio.

Navigazione del menu

Se l'apparecchio è stato configurato con l'aiuto dell'app SleepMapper o tramite la configurazione guidata (vedere "Configurazione dell'apparecchio senza l'app") sull'apparecchio, verrà visualizzato il menu descritto nelle seguenti sezioni.



Sul display dell'apparecchio potete selezionare e configurare il profilo di sveglia, la lampada per il comodino, le impostazioni, il suono (sorgente) o il programma di rilassamento.



Nota: Se il display appare vuoto, spostate la mano verso la parte inferiore dell'apparecchio per visualizzare il menu del display. Vengono visualizzate le icone del menu.



Conferma e salvataggio delle impostazioni

Tutte le impostazioni e i profili personalizzati vengono memorizzati in modo permanente. Potete cambiarli in qualsiasi momento. Premete l'icona del segno di spunta per confermare e salvare la modifica del profilo o dell'impostazione desiderata in qualsiasi menu.

Nota: le impostazioni e i profili personalizzati non vengono persi se rimuovete l'adattatore dalla presa elettrica.

Configurazione dei profili di sveglia



Nel profilo di sveglia sull'apparecchio potete impostare l'ora della sveglia, il livello massimo di intensità luminosa e il tipo di suono della sveglia desiderato. Potete impostare due diversi profili di sveglia nel menu dell'apparecchio. Con l'app SleepMapper, potete impostare altri profili di sveglia.

Nota: se è attiva una sveglia, sul display principale dell'apparecchio viene visualizzata l'ora alla quale è stata impostata.

Nota: per disattivare contemporaneamente tutte le sveglie impostate, tenete premuta l'icona della sveglia nel menu principale.



- 1 Potete passare da un profilo di sveglia all'altro sull'apparecchio utilizzando le icone freccia (←) (→).
- 2 Per disattivare la sveglia, premete l'icona di disattivazione della sveglia (🔕).
- 3 Premete l'icona delle impostazioni della sveglia (⚙️) per accedere al menu d'impostazione del profilo della sveglia.



Ora e giorno della sveglia



In questo menu potete modificare l'ora premendo + o -. La sveglia verrà ripetuta automaticamente ogni giorno.



Potete selezionare il giorno della settimana in cui la sveglia non deve essere attivata.

- 1 Premete l'icona del calendario (📅).



- 2 I giorni della settimana sono indicati dalla prima lettera del giorno. Quando una sveglia è attiva, la lettera corrispondente appare luminosa. Potete passare da un giorno della settimana a un altro utilizzando le icone freccia.




- 3 Per disattivare la sveglia per un determinato giorno, premete questa icona (🚫). Quando un giorno è inattivo, la lettera corrispondente di quel giorno appare attenuata.

Intensità luminosa del profilo di sveglia



La lampada dell'apparecchio simula il sorgere del sole. Come durante il sorgere del sole, la luminosità della lampada aumenta gradualmente. Durante la curva della sveglia, il colore della luce varia da rosso tenue ad arancione intenso, fino a giallo acceso.



Premete l'icona  sul display per scegliere uno dei 25 livelli di intensità luminosa.

Durata del profilo di sveglia







La durata predefinita della curva della sveglia (graduale aumento della luminosità fino a raggiungere l'intensità massima) è di 30 minuti. Potete modificare la durata a vostro piacimento premendo l'icona sull'apparecchio.

Tipo di suono



Premete questa icona per aprire il menu dei suoni e impostare il suono del profilo di sveglia.



- 1 Premete l'icona di attivazione/disattivazione  per scegliere una delle tre opzioni di suoni: suoni naturali, radio o nessun suono.
- 2 Premete l'icona dei suoni naturali  per selezionare un suono naturale o premete l'icona della radio  per selezionare una stazione radio preimpostata.
- 3 Potete impostare il volume con l'icona dell'altoparlante .

Rimozione di un profilo di sveglia



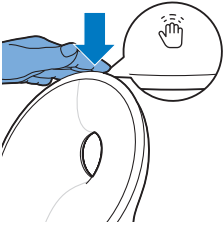
Premete questa icona  per cambiare la sveglia. Per rimuovere un profilo di sveglia, premete .

Orario + sveglia di riserva

In caso di interruzione di corrente, le funzioni dell'apparecchio, incluso il display, risultano disattivate. Tuttavia, l'orologio interno e la sveglia di riserva rimangono attivi per almeno altre 8 ore.

Se l'interruzione di corrente interessa l'orario per il quale è stata impostata la sveglia, viene attivata la sveglia di riserva che emette un segnale acustico per circa 1 minuto.

Funzione Snooze



Al termine della curva della sveglia (una volta raggiunto il livello massimo di intensità luminosa), mentre viene riprodotto il suono della sveglia, potete toccare la parte superiore dell'apparecchio per attivare la funzione Snooze.

La lampada rimane accesa ma il suono viene disattivato. La durata della funzione Snooze può essere regolata nell'app. La durata predefinita della funzione Snooze è di 9 minuti. Dopo 9 minuti, il suono della sveglia viene riprodotto nuovamente.

Nota: la luce e il suono si spengono automaticamente 60 minuti dopo l'attivazione della sveglia o 60 minuti dopo l'ultima attivazione della funzione Snooze.

Spegnimento della sveglia




Quando la curva della sveglia è attiva o la sveglia si spegne, potete ignorarla premendo questa icona sull'apparecchio. Lo spegnimento della sveglia comporta la disattivazione del profilo per la giornata in corso.

Utilizzo dell'apparecchio come lampada per il comodino



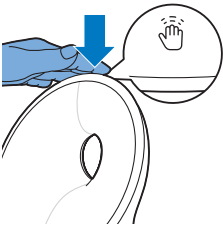
Potete utilizzare la Sleep & Wake-Up Light connessa come lampada da comodino.

Premete l'icona della lampada per il comodino  sul display per accendere la lampada.

Nota: è possibile aumentare e ridurre l'intensità luminosa. Potete selezionare una luminosità compresa tra 1 (bassa) e 25 (alta). L'impostazione predefinita della luminosità è 20.

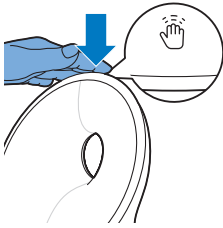


Per spegnere la luce, premete l'icona con la croce nel menu.



Suggerimento: quando la lampada è accesa, potete spegnerla anche con un solo tocco sulla parte superiore dell'apparecchio. Tutti i programmi attivi vengono arrestati. Le sveglie impostate rimangono attive.

Luce notturna



Se vi svegliate durante la notte, potete toccare la parte superiore dell'apparecchio per attivare una luce soffusa. Questa tenue luce arancione fornisce una luminosità sufficiente per orientarsi nell'oscurità. Per spegnere la Luce notturna, toccate nuovamente la parte superiore dell'apparecchio.

Nota: la Luce notturna non può essere attivata quando la luce principale è già accesa. In tal caso, toccate dapprima la parte superiore dell'apparecchio per disattivare la luce principale. Quindi, toccate di nuovo per attivare la Luce notturna.

Impostazioni



Premete l'icona delle impostazioni per aprire il menu delle impostazioni.

Nota: tenete premuta l'icona delle impostazioni per 8 secondi per visualizzare un nuovo menu, in cui potete selezionare la modalità VERSION (versione firmware dell'apparecchio) o la modalità DEMO (curva della sveglia accelerata).



Nel menu delle impostazioni potete impostare l'ora della sveglia (quando il Wi-Fi è disattivato), il feedback audio e la luminosità del display dell'apparecchio e attivare/disattivare il Wi-Fi.

Ora



Premete questa icona per aprire il menu orario.




In questo menu potete modificare l'ora premendo + o -.


Premete l'icona del formato orario per passare dall'orologio a 12 ore a quello a 24 ore e viceversa.

Nota: questa opzione non è disponibile quando l'apparecchio è connesso al Wi-Fi.

Wi-Fi



Attivare o disattivare il Wi-Fi premendo l'icona corrispondente. Quando il Wi-Fi è disattivato , qualsiasi aggiornamento effettuato nell'app non verrà implementato fino al ripristino della connessione Wi-Fi.


Nota: Tenete premuta l'icona Wi-Fi  per circa 8 secondi per tornare alla modalità punto di accesso. Aprite la modalità punto di accesso se desiderate connettere l'apparecchio a una rete Wi-Fi diversa o se avete cambiato la password del Wi-Fi.



Se avete attivato accidentalmente la modalità punto di accesso, premete l'icona Wi-Fi nel menu Wi-Fi due volte per attivare di nuovo il Wi-Fi. La Sleep & Wake-Up Light connessa ricorda la rete a cui eravate connessi in precedenza.

Feedback audio



Per fare in modo che non venga riprodotto un clic alla pressione di un'icona, premete l'icona del feedback audio per disattivare tale funzione. Sentirete un clic di conferma. Per riattivare il feedback audio, premete nuovamente questa icona .

Impostazioni del display



Premete l'icona delle impostazioni del display nel menu delle impostazioni per configurare le impostazioni del display.



In questo menu potete regolare il livello di luminosità del display e selezionare l'opzione di timeout del display.

Luminosità del display

Potete regolare la luminosità del display dal livello 1 al livello 6 utilizzando le icone del più e del meno. Scegliete un livello ottimale per poter vedere il display di notte. L'apparecchio regola automaticamente la luminosità del display quando la luce d'ambiente in camera da letto cambia.



Timeout del display

Se non desiderate che l'apparecchio emetta alcuna luce, neanche quella dell'indicazione dell'ora, premete l'icona di timeout del display per spegnerlo completamente. Il display si spegne gradualmente pochi secondi dopo l'ultima interazione con le icone.

Normalmente, se non toccate il display per un certo periodo di tempo in qualsiasi menu, sul display vengono ripristinate solo le indicazioni di ora e stato. Quando il timeout del display è attivato, non viene visualizzata alcuna indicazione dell'ora.

Per riaccendere il display, premete nuovamente l'icona di disattivazione del timeout del display.

Suggerimento: se desiderate controllare l'ora o selezionare una funzione mentre il timeout del display è attivato, è sufficiente posizionare la mano vicino al display affinché si accenda per alcuni secondi.

Ascolto di musica



Premete l'icona dei suoni per selezionare la sorgente del suono preferita.

Suggerimento: tenete premuta l'icona dei suoni per attivare/disattivare il suono tramite il menu.



Nel menu dei suoni potete anche selezionare la radio o riprodurre la musica che preferite collegando un dispositivo di riproduzione musicale alla presa AUX.

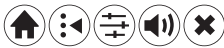
Suggerimento: quando la radio o la musica è attiva, potete disattivare il suono con un solo tocco sulla parte superiore dell'apparecchio. Tutti i programmi attivi vengono arrestati. Le sveglie impostate rimangono attive.


Ascolto della radio




Potete ascoltare la radio FM con la Sleep & Wake-Up Light. Se avete selezionato la funzione radio nel menu dei suoni, viene visualizzata la stazione radio selezionata. Potete modificare manualmente la stazione radio selezionando la frequenza FM di un'altra stazione radio.

Suggerimento: srotolate completamente l'antenna e regolatene la posizione in modo da ottenere una ricezione ottimale.



È possibile preimpostare 5 stazioni radio. Utilizzate l'icona di impostazione della frequenza FM  per selezionare una stazione radio. Tenete premuto il pulsante con la doppia freccia per eseguire la ricerca automatica della stazione radio successiva.

Dopo avere impostato una stazione radio, potete aggiungere facilmente un'altra stazione radio preimpostata selezionando l'icona di alternanza . Con questa procedura potete preimpostare 5 stazioni radio.

Impostate il volume preferito con l'icona dell'altoparlante .

Musica attraverso la presa ausiliaria (AUX)



Potete utilizzare la Sleep & Wake-Up Light connessa come altoparlante per la musica collegando un dispositivo di riproduzione musicale, ad esempio il cellulare, alla presa AUX.

Se il suono non è abbastanza forte, nonostante abbiate impostato il volume dell'apparecchio al massimo, aumentate il volume sul dispositivo di riproduzione musicale.

Se il suono risulta troppo forte o distorto quando il volume dell'apparecchio è impostato su un livello basso, abbassate il volume sul dispositivo di riproduzione musicale.

Nota: per collegare la Sleep & Wake-Up Light connessa a un dispositivo di riproduzione musicale, dovete disporre di un cavo AUX.

Nota: non è possibile svegliarsi con la musica riprodotta attraverso un dispositivo collegato alla presa AUX.

Programmi di rilassamento



Premete l'icona di rilassamento per scegliere il programma di rilassamento desiderato.



L'apparecchio include dei programmi di rilassamento che vi aiutano a rilassarvi prima di addormentarvi: Sunset Simulation e RelaxBreathe.

Per disattivare il programma di rilassamento attivo, potete toccare la parte superiore dell'apparecchio.

Potete anche attivare o disattivare la funzione dell'ora di dormire in questo menu.

Sunset Simulation (simulazione del tramonto)




Durante la simulazione del tramonto, l'intensità della luce diminuisce gradualmente e il colore varia da giallo acceso ad arancione intenso, fino a rosso tenue.



Premete l'icona di simulazione del tramonto per accedere al menu d'impostazione della simulazione del tramonto.



Premete Play per iniziare la simulazione del tramonto. Premete Stop  o toccate la parte superiore dell'apparecchio per interrompere il programma.



Utilizzate questa icona per impostare la durata della simulazione del tramonto. Potete selezionare una durata di 5, 10, 15, 20, 30 o 45 minuti.






Potete cambiare l'intensità della luce della simulazione del tramonto con l'icona della luce.



Premete l'icona dei suoni per impostare un suono che si affievolisce durante la simulazione del tramonto.



Premete l'icona di attivazione/disattivazione  per scegliere una delle tre opzioni di suoni: suoni naturali, radio o nessun suono. Potete anche riprodurre la musica che preferite collegando un dispositivo di riproduzione alla presa AUX.

Premete l'icona dei suoni naturali  per selezionare uno dei suoni naturali. Potete impostare il volume iniziale con l'icona dell'altoparlante .

RelaxBreathe




La funzione RelaxBreathe usa la tecnica di respirazione addominale come base per il programma di respirazione. Potete scegliere uno dei programmi di respirazione, guidati dalla luce o dal suono. Gli esercizi di respirazione addominale uniti alla guida fornita dalla Sleep & Wake-Up Light connessa aiutano ad allentare la tensione e a rilassarsi.



Premete l'icona di RelaxBreathe per accedere al menu d'impostazione della funzione RelaxBreathe.



Premete Play per iniziare la sessione di RelaxBreathe. Premete Stop  o toccate la parte superiore dell'apparecchio per interrompere RelaxBreathe.



Premete questa icona per impostare la durata del programma di rilassamento. Potete selezionare una durata di 5, 10 o 15 minuti.



Potete selezionare un programma di rilassamento fra sette opzioni disponibili con un ritmo di respirazione preimpostato. Ogni programma di rilassamento prevede un ritmo di respirazione diverso. Il programma "4 respiri" è preimpostato su 4 respiri al minuto. Il programma "5 respiri" è preimpostato su 5 respiri al minuto. Ogni programma successivo prevede un respiro aggiuntivo al minuto. L'ultimo programma (10 respiri) è preimpostato su 10 respiri al minuto.



Potete selezionare una luce o un suono da abbinare al programma di rilassamento scelto. Seguite la luce o il suono durante l'inspirazione e l'espirazione.

- Se selezionate la luce come guida, ispirate quando l'intensità luminosa aumenta. Tra i due tenui lampeggi, trattenete il respiro. Quando l'intensità luminosa diminuisce, espirate lentamente.
- Se selezionate il suono come guida, ispirate quando l'intensità del suono delle onde aumenta. Quando l'intensità del suono si interrompe, trattenete il respiro. Quando l'intensità del suono delle onde diminuisce, espirate lentamente.

Per una sensazione di maggiore rilassamento, seguite il ritmo che preferite con l'aiuto della luce o del suono. Potete eseguire questo esercizio anche con gli occhi chiusi.

Nota: Potete trovare un video con le istruzioni di RelaxBreathe nell'app sul sito Web di Philips.

Respirazione addominale per rilassarsi

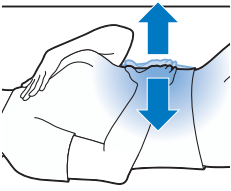
La respirazione addominale è l'esercizio di respirazione più diffuso per aiutare le persone a rilassarsi. Quando si respira con l'addome, il diaframma si abbassa automaticamente. Di conseguenza i polmoni si abbassano ed è possibile inspirare profondamente.

Attenzione: se durante questo esercizio di respirazione avvertite disagio, riprendete a respirare normalmente.

Come praticare la respirazione addominale

- 1 Stendetevi comodamente sulla schiena.
- 2 Inspirate attraverso il naso, espirate attraverso il naso o la bocca.





- 3 Posizionate una mano sullo stomaco e l'altra mano sul torace.
Dovreste vedere che la mano sullo stomaco si alza ogni volta che inspirate e si abbassa ogni volta che espirate. La mano sul torace dovrebbe subire solo un lieve movimento.
- 4 Il respiro dovrebbe provenire solo dall'addome. Provate a rendere l'espirazione più lunga dell'inspirazione, poiché in tal modo vi sentirete presto più rilassati.

Nota: la funzione RelaxBreathe dell'apparecchio può guidarvi durante la respirazione addominale.

Funzione dell'ora di dormire



Potete tenere traccia del tempo trascorso a letto tenendo premuta la parte superiore dell'apparecchio per circa 2 secondi prima di andare a dormire in modo da attivare la funzione dell'ora di dormire. Questa funzione può essere attivata anche nel menu di rilassamento. Potete anche avviare la funzione dell'ora di dormire premendo "inizia a registrare" nell'app SleepMapper.



Un'icona a forma di luna verrà visualizzata sul display dell'apparecchio per indicare che è iniziata la registrazione dell'ora di dormire. Ulteriori informazioni sulla funzione dell'ora di dormire sono disponibili nell'app.

Come ricaricare il telefono cellulare

Potete utilizzare la porta USB (vedere "Descrizione generale") per ricaricare il cellulare.

Pulizia e conservazione

- Pulite l'apparecchio con un panno morbido asciutto.
- Non utilizzate detergenti e panni abrasivi o solventi come alcool, acetone e così via, poiché potrebbero danneggiare la superficie dell'apparecchio.
- Se pensate di non utilizzare l'apparecchio per un lungo periodo, rimuovete l'adattatore dalla presa di corrente e riponete l'apparecchio in un luogo sicuro e asciutto, dove non possa essere schiacciato, colpito o danneggiato.
- Quando riponete l'apparecchio, evitate di avvolgere il cavo di alimentazione intorno ad esso.

Riciclaggio



- Questo simbolo indica che il prodotto non può essere smaltito con i normali rifiuti domestici (2012/19/UE).
- Ci sono due situazioni in cui potete restituire gratuitamente il prodotto vecchio a un rivenditore:
 - 1 Quando acquistate un prodotto nuovo, potete restituire un prodotto simile al rivenditore.
 - 2 Se non acquistate un prodotto nuovo, potete restituire prodotti con dimensioni inferiori a 25 cm (lunghezza, altezza e larghezza) ai rivenditori con superficie dedicata alla vendita di prodotti elettrici ed elettronici superiore ai 400 m².
- In tutti gli altri casi, attenetevi alle normative di raccolta differenziata dei prodotti elettrici ed elettronici in vigore nel vostro paese: un corretto smaltimento consente di evitare conseguenze negative per l'ambiente e per la salute.

Garanzia e assistenza

Per assistenza o informazioni, visitate il sito Web all'indirizzo **www.philips.com/support** o recatevi presso il vostro rivenditore Philips. Potete anche rivolgervi al centro assistenza clienti Philips del vostro paese. Per i dettagli, fate riferimento all'opuscolo della garanzia internazionale.

Risoluzione dei problemi

Questo capitolo riassume i problemi più comuni che potreste riscontrare con il dispositivo. Se non riuscite a risolvere il problema con le informazioni riportate sotto, visitate il sito **www.philips.com/support** per un elenco di domande frequenti o contattate il Centro assistenza clienti del vostro paese.

Se avete aggiornato l'apparecchio connettendolo alla rete Wi-Fi tramite l'app, le informazioni in questo documento potrebbero non essere aggiornate. Il manuale dell'utente più recente è disponibile sul sito **www.philips.com/support**. Philips si riserva il diritto di aggiornare il firmware dell'apparecchio.


Risoluzione dei problemi di connettività


Problema	Soluzione
Non è possibile scaricare l'app sul cellulare.	L'app è disponibile per i cellulari Android e iOS. Non è disponibile per i telefoni Windows.

Problema	Soluzione
<p>Non è possibile connettere la Wake-Up Light alla rete Wi-Fi di casa. Cosa si deve fare?</p>	<p>Se non riuscite a connettere la Wake-Up Light alla rete Wi-Fi di casa e l'icona per la modalità punto di accesso è ancora lampeggiante (¶), potrebbe essersi verificato uno dei problemi seguenti:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Password errata. Assicuratevi di aver immesso la password corretta per la rete Wi-Fi e riprovare. 2. Verificate che il router sia adatto alla connessione con la Wake-Up Light. Il router deve avere una banda di 2,4 GHz per poter comunicare con l'apparecchio. La prima volta che eseguite la configurazione, assicuratevi che il cellulare e l'apparecchio siano entrambi connessi alla stessa rete Wi-Fi da 2,4 GHz, altrimenti non si conatteranno. L'apparecchio non può connettersi a una rete a 5 GHz. Spegnete temporaneamente la rete a 5 GHz per connettere l'apparecchio alla rete a 2,4 GHz. Successivamente, potete accendere di nuovo la rete a 5 GHz. 3. Controllate l'intensità del segnale del Wi-Fi. Se il segnale è debole, l'apparecchio non può connettersi correttamente. Spostate l'apparecchio più vicino al router per essere certi di avere un buon segnale Wi-Fi. <hr/> <p>Se il problema non viene risolto con i passaggi precedenti, provate la seguente soluzione:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ripristinate le impostazioni predefinite premendo la punta di una graffetta sul pulsante di ripristino posto sul retro dell'apparecchio (vedere "Descrizione generale"). Questa operazione di ripristino rimuoverà tutte le impostazioni personali. 2. Se il problema non viene risolto con i passaggi precedenti, contattate il Centro Assistenza Clienti Philips del vostro paese.
<p>La connessione della Sleep & Wake-Up Light connessa a una rete Wi-Fi ospite non funziona.</p>	<p>L'utilizzo dell'apparecchio all'interno di una rete ospite non è supportato. Impostate l'apparecchio per l'utilizzo in una rete Wi-Fi normale.</p>
<p>Come si rimuovono le sveglie e le impostazioni del Wi-Fi personali dalla Sleep & Wake-Up Light connessa?</p>	<p>Ripristinate le impostazioni predefinite premendo la punta di una graffetta sul pulsante di ripristino posto sul retro dell'apparecchio (vedere "Descrizione generale").</p>
<p>Per connettere il nuovo smartphone alla Sleep & Wake-Up Light connessa, che cosa bisogna fare?</p>	<p>Se il cellulare è ancora connesso alla Sleep & Wake-Up Light, innanzitutto rimuovere la connessione nell'app nella scheda "Ulteriori" selezionando "Elimina dispositivo".</p> <p>Installate nuovamente l'app sul nuovo cellulare. Specificate nell'app che la Sleep & Wake-Up Light connessa è già installata e seguite le istruzioni nell'app.</p>


Problema**Soluzione**

Non è possibile utilizzare l'app per impostare le sveglie o per controllare la Sleep & Wake-Up Light connessa.

Innanzitutto, controllate se la Sleep & Wake-Up Light è connessa a una rete Wi-Fi. Se avete completato la configurazione del Wi-Fi tramite l'app SleepMapper di Philips e avete connesso il vostro apparecchio a una determinata rete Wi-Fi, dovrebbe apparire un simbolo fisso del Wi-Fi sul display principale dell'apparecchio, nell'angolo in alto a destra .

Innanzitutto verificate che il Wi-Fi sul cellulare e il router siano attivati. Se appare l'icona indicante che il Wi-Fi è disattivato  sul display dell'apparecchio, innanzitutto attivate il Wi-Fi.

- Il cellulare potrebbe essersi riconnesso a una rete Wi-Fi diversa. Assicuratevi che il cellulare e l'apparecchio siano connessi alla stessa rete Wi-Fi di casa.

Se appare un'icona indicante un problema di connessione del Wi-Fi , potrebbe essersi verificato uno dei problemi descritti di seguito.


1. Controllate le impostazioni della rete Wi-Fi di casa sul router. Potrebbe essere che sul router non sia stato attivato Universal Plug and Play (UPnP). Attivate questa impostazione sul router.
2. Controllate l'intensità del segnale del Wi-Fi. Se il segnale è debole, l'apparecchio non può connettersi correttamente. Spostate l'apparecchio più vicino al router per essere certi di avere un buon segnale Wi-Fi.
3. Potreste avere cambiato la password del Wi-Fi di casa o installato un nuovo router.

Se il problema non viene risolto con i passaggi precedenti, provate la seguente soluzione:

1. Ripristinate le impostazioni predefinite premendo la punta di una graffetta sul pulsante di ripristino posto sul retro dell'apparecchio (vedere "Descrizione generale"). Questa operazione di ripristino rimuoverà tutte le impostazioni personali.
2. Se il problema non viene risolto con i passaggi precedenti, contattate il Centro Assistenza Clienti Philips del vostro paese.


Per connettere la Sleep & Wake-Up Light connessa a un nuovo router o se la password Wi-Fi o la rete Wi-Fi sono cambiate, che cosa bisogna fare?

Seguite questi passaggi per impostare nuovamente una connessione:

1. Nell'app SleepMapper andate alla scheda "Ulteriori" e fate clic su "Visualizza dettagli dispositivo", quindi selezionate "Elimina dispositivo".
2. Nel menu delle impostazioni della Sleep & Wake-Up Light, tenete premuta l'icona Wi-Fi per 8 secondi. L'icona della modalità punto di accesso  verrà visualizzata sul display.
3. Aprite nuovamente l'app, andate alla scheda "Ulteriori" e selezionate "Aggiungi un dispositivo". Seguite le istruzioni nell'app.

Risoluzione dei problemi generali

Problema	Soluzione
L'icona sul display o la luce dell'apparecchio non risponde quando si prova a impostare diverse funzioni.	<p>1. Scollegate l'apparecchio dall'alimentazione rimuovendo l'adattatore dalla presa di corrente. Attendete 10 secondi e quindi ricollegate l'apparecchio. Avviate nuovamente l'apparecchio.</p> <p>2. Se il problema non viene risolto con il riavvio, ripristinate le impostazioni predefinite premendo la punta di una graffetta sul pulsante di ripristino posto sul retro dell'apparecchio (vedere "Descrizione generale"). Tutte le impostazioni personali (la sveglia impostata e così via) verranno rimosse quando si ripristinano le impostazioni predefinite.</p> <p>Se l'apparecchio continua a non funzionare, contattate il Centro Assistenza Clienti Philips del vostro paese.</p>
La lampada non si accende quando si attiva la sveglia.	<p>Potrebbe essere stata impostata un'intensità luminosa troppo bassa. Aumentate il livello di intensità luminosa nel profilo di sveglia.</p> <p>È possibile che abbiate disattivato la funzione di sveglia. L'icona della sveglia è visibile sul display quando la sveglia è attiva.</p>
La lampada non si accende subito quando viene attivata.	L'accensione della lampada potrebbe richiedere da 1 a 5 secondi, in base al livello di intensità luminosa impostato.
Quando scatta la sveglia, non viene riprodotto alcun suono.	<p>Potrebbe essere stato impostato un livello sonoro troppo basso. Per impostare un livello sonoro più alto, aumentate il volume del suono della sveglia nel profilo di sveglia.</p> <p>Dopo avere impostato una sveglia, dapprima è visibile la luce della curva della sveglia. Il suono della sveglia viene riprodotto solo quando scatta l'ora alla quale è stata impostata la sveglia. È possibile modificare la durata della curva della luce della sveglia.</p> <p>Se avete selezionato la radio FM come suono della sveglia, accendete la radio FM dopo avere spento la sveglia per controllare che la radio FM funzioni. Controllate se la radio FM è sintonizzata correttamente su una stazione radio. Se necessario regolate la frequenza. Se la radio continua a non funzionare, contattate il Centro Assistenza Clienti Philips del vostro paese.</p>
La radio FM non funziona o produce suoni distorti.	<p>Controllate se la radio FM è sintonizzata correttamente su una stazione radio. Se necessario regolate la frequenza.</p> <p>Modificate la posizione dell'antenna muovendola. Assicuratevi di avere srotolato completamente il cavo dell'antenna.</p> <p>Il segnale di trasmissione potrebbe essere debole. Regolate la frequenza e/o modificate la posizione dell'antenna muovendola. Assicuratevi di avere srotolato completamente il cavo dell'antenna.</p>


Problema	Soluzione
La sveglia si è attivata ieri, ma non oggi.	È possibile che abbiate disattivato la funzione di sveglia o che l'abbiate impostata per un giorno specifico. L'icona della sveglia è visibile sul display quando la sveglia scade entro le 24 ore. Nell'app SleepMapper di Philips ci sono diverse opzioni per impostare le sveglie; forse la sveglia non è stata impostata correttamente. Controllate che la sveglia sia stata impostata correttamente nell'app. Assicuratevi che l'apparecchio e l'app siano connesse alla stessa rete Wi-Fi di casa quando impostate una sveglia.
È stata impostata la funzione Snooze ma la sveglia non è scattata nuovamente dopo 9 minuti.	Potreste avere accidentalmente premuto l'icona  sul display per spegnere la sveglia. In questo modo la sveglia viene disattivata per quel giorno. Toccate la parte superiore dell'apparecchio per attivare la funzione Snooze.
La luce mi sveglia troppo presto o troppo tardi.	Forse il livello di intensità luminosa impostato è inadatto. Provate un'intensità luminosa più bassa se vi svegliate troppo presto o un'intensità luminosa più alta se vi svegliate troppo tardi. È possibile inoltre modificare la durata della curva della sveglia. Se il livello di intensità luminosa 1 non è abbastanza basso, aumentate la distanza tra l'apparecchio e il letto. Se l'intensità luminosa non è sufficientemente alta da svegliarvi, assicuratevi che la luce dell'apparecchio non sia ostruita da altri oggetti e che l'apparecchio sia nelle vicinanze.
È impossibile attivare/disattivare la funzione Luce notturna.	Assicuratevi di toccare l'apparecchio nella posizione corretta (in alto/sul retro).
Non è possibile riprodurre in streaming la musica tramite USB.	La connessione USB consente solo di caricare il telefono cellulare. Non è possibile riprodurre in streaming la musica tramite la Sleep & Wake-Up Light connessa.
La presa AUX non funziona correttamente.	Provate a impostare un livello di volume più alto o più basso sul telefono cellulare. Se necessario regolate il livello del volume anche sull'apparecchio.
Improvvisamente l'apparecchio emette un segnale acustico.	La sveglia di riserva si è attivata. Questo può verificarsi fino a 8 ore dopo avere rimosso l'alimentatore e se sopraggiunge l'orario per il quale è stata impostata la sveglia. Il suono della sveglia si interrompe automaticamente dopo circa 1 minuto. È anche possibile interrompere il suono della sveglia immediatamente se si accende l'apparecchio per un momento. Per evitare che la sveglia di riserva si attivi quando l'alimentazione è scollegata (ad esempio quando l'apparecchio viene riposto), è sufficiente disattivare le sveglie prima di scollegare l'alimentazione.

Specifiche


Adattatore

Produttore	PHILIPS
Numero di modello	HF20
Tensione in ingresso nominale	100 – 240 V AC

138 Italiano

Frequenza in ingresso nominale	50 / 60 Hz
Tensione in uscita nominale	24,0 V CC
Corrente in uscita nominale	0,75 A
Potenza nominale in uscita	18,0 W
Consumo a vuoto	< 0,1 W
Classe di efficienza	VI
Classificazione di sicurezza	Alimentatore Classe II 
Dimensioni (altezza x larghezza x profondità)	35 x 78 x 66 mm
Peso	Circa 0,12 kg
Lunghezza cavo	Circa 150 cm

Unità principale

Produttore	PHILIPS
Numero di modello	HF3670, HF3671, HF3672
Tensione in ingresso nominale	24 V CC
Corrente di ingresso stimata	0,75 A
Potenza di ingresso nominale	18 W
Consumo in standby dell'apparecchio (unità principale + adattatore)	< 2 W (Wi-Fi attivato e display impostato sul livello massimo di luminosità) < 1 W (Wi-Fi disattivato e display impostato sul livello massimo di luminosità) < 0,5 W (Wi-Fi disattivato e display spento)
<small>Condizioni: notte (12 ore / 0 lux), giorno (12 ore / 500 lux), tutte le funzioni sospese</small>	
Classificazione di sicurezza	Apparecchio di classe III 
Dimensioni (altezza x larghezza x profondità)	Circa 225 x 220 x 120 mm
Peso	Circa 0,78 kg
Porte	
Ricarica USB	5 V CC, 1 A
Sensibilità AUX	280 mV
Luce	
Emissione luminosa (livello 1 – 25)	Circa 1 lux – 350* lux a 45 cm *a seconda del modello

Colore della luce (livello 1 – 25)	Circa 1500 K – 2800 K
------------------------------------	-----------------------

FM

Banda di frequenza radio FM	Da 87,5 MHz a 108,0 MHz
-----------------------------	-------------------------

Wi-Fi

Frequenza operativa (canale 1 – 13)	Da 2412 MHz a 2472 MHz
-------------------------------------	------------------------

Tipo di modulazione	IEEE 802.11b, 802.11g, 802.11n
---------------------	--------------------------------

Potenza in uscita RF	Max. 20 dBm
----------------------	-------------

Sensori AmbiTrack

Sensore luminoso	Da 0 lux a 2500 lux
------------------	---------------------

Sensore temperatura	Da 0 °C a 50 °C
---------------------	-----------------

Sensore di umidità	Da 0 % a 100 % (umidità relativa)
--------------------	-----------------------------------

Sensore di pressione sonora	Da 30 dBA a 70 dBA
-----------------------------	--------------------

Condizioni operative

Temperatura	Da 5 °C a 35 °C
-------------	-----------------

Umidità relativa	Da 20 % a 90 % (assenza di condensa)
------------------	--------------------------------------

Pressione atmosferica	Da 86 kPa a 106 kPa
-----------------------	---------------------

Condizioni di conservazione

Temperatura	Da -20 °C a 50 °C
-------------	-------------------

Umidità relativa	Da 20 % a 90 % (assenza di condensa)
------------------	--------------------------------------

Pressione atmosferica	Da 86 kPa a 106 kPa
-----------------------	---------------------

Software open source e di terze parti

Una copia del software open source e del contratto di licenza del software commerciale di terze parti è disponibile sul sito Web www.philips.com/support

Cercate il numero dell'apparecchio HF3670/HF3671/HF3672/HF3650/HF3651/HF3652/HF3653/HF3654 nella pagina della documentazione tecnica del prodotto.

Inhoud

Introductie	141
Algemene beschrijving	141
Beoogd gebruik	141
De effecten van de Sleep & Wake-Up Light	141
Belangrijke veiligheidsinformatie	142
Veiligheid en naleving van richtlijnen	144
Elektromagnetische velden (EMV)	144
Interactieve menupictogrammen	144
Uw apparaat aansluiten op Wi-Fi	145
Navigeren in het menu	146
Wekprofielen instellen	147
Tijd + alarm back-up	148
Sluimeren	149
Het alarm uitzetten	149
Het apparaat als nachtlampje gebruiken	149
Middernachtlamp	150
Instellingen	150
Naar muziek luisteren	151
Ontspanningsprogramma's	152
Zonsondergangsimulatie	153
RelaxBreathe	153
Bedtijdfunctie	155
Uw mobiele telefoon opladen	155
Schoonmaken en opbergen	155
Recyclen	155
Garantie en ondersteuning	156
Problemen oplossen	156
Specificaties	160
Open-source software en software van derden	161

Introductie

Gefeliciteerd met uw aankoop en welkom bij Philips. Registreer uw product op www.philips.com/welcome om optimaal gebruik te kunnen maken van de door Philips geboden ondersteuning.

Met de Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Light wordt u op een aangenaamere manier wakker. Het licht bereidt uw lichaam zachtjes voor op het ontwakken op de ingestelde tijd en kan vergezeld gaan van natuurlijk wekgeluiden of FM-radio.

De lichtgeleide ademhalingsfunctie, persoonlijke zoninstellingen, het bijhouden van de slaapkameromgeving en diverse andere functies maken deze connected Sleep & Wake-Up Light de perfecte metgezel voor uw slaapkamer.

Tip: Door gebruik te maken van de Philips SleepMapper-app worden extra functies ingeschakeld. Deze functies worden uitgelegd in de app.

Als het apparaat in de app wordt bijgewerkt via een Wi-Fi-verbinding, is de informatie in dit document mogelijk niet up-to-date. Vind de nieuwste gebruiksaanwijzing op www.philips.com/support door te zoeken naar het typenummer van uw apparaat.

Algemene beschrijving

De genummerde onderdelen in deze lijst verwijzen naar de genummerde onderdelen in de overzichtsafbeelding.

- 1 Lampbehuizing
- 2 Display
- 3 Geluidsdruksensor
- 4 USB-oplaadpoort
- 5 Resetknop
- 6 Radioantenne
- 7 AmbiTrack-sensor: Vochtigheids- en temperatuursensor
- 8 Aansluiting voor randapparaten (AUX)
- 9 Adapter voor gelijkstroom
- 10 Luidspreker
- 11 Sluimer-/middernachtlamp
- 12 Adapter
- 13 Kleine stekker

Beoogd gebruik

De Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Light is bedoeld om u een meer natuurlijke en verfrissende manier te wekken en een ontspannen gevoel te geven voordat u in slaap valt.

Dit is geen algemeen verlichtingsproduct.

De effecten van de Sleep & Wake-Up Light

De Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Light bereidt uw lichaam rustig voor op het wakker worden tijdens de laatste 30 minuten van uw slaap.

Uw ogen zijn in de vroege ochtend gevoeliger voor licht dan wanneer u wakker bent. In deze periode wordt uw lichaam met een lage lichtintensiteit die een natuurlijke zonsopkomst nabootst, gestimuleerd om wakker en actief te worden.

Mensen die het apparaat gebruiken, worden makkelijker wakker, hebben 's ochtends een beter humeur en voelen zich energiekeer. Omdat de gevoeligheid voor licht voor iedereen anders is, kunt u de lichtintensiteit van uw apparaat instellen op een niveau dat past bij uw lichtgevoeligheid, zodat u optimaal aan de dag begint.

Om de effecten van de verbonden Sleep & Wake-Up Light volledig te ervaren, plaatst u het apparaat op ongeveer 40 tot 50 cm van uw hoofd, op het vlakke stabiele oppervlak van uw nachtkastje.

Ga voor meer informatie over de connected Sleep & Wake-Up Light naar www.philips.com.

Belangrijke veiligheidsinformatie

Lees deze belangrijke informatie zorgvuldig door voordat u het apparaat gaat gebruiken en bewaar de informatie om de aanwijzingen later opnieuw te kunnen raadplegen.

Gevaar



- Water en elektriciteit vormen een gevaarlijke combinatie. Gebruik dit apparaat niet in een vochtige omgeving (bijv. in de badkamer of naast een douche of een zwembad).
- Houd de voedingsunit droog.
- Dit apparaat is alleen voor gebruik binnenshuis.
- Laat geen water in het apparaat lopen of op het apparaat terechtkomen.
- Dompel het apparaat niet in water en spoel het ook niet af onder de kraan.
- Zet geen voorwerpen in de buurt van het apparaat die ervoor kunnen zorgen dat er waterdruppels of waterspetters op het apparaat terechtkomen.
- In de adapter zit een transformator waarmee een onveilige netspanning van 100 – 240 V wisselstroom wordt omgezet naar een veilige lage spanning van 24 V gelijkstroom. Knip de adapter niet af om deze te vervangen door een andere stekker, want hierdoor ontstaat een gevaarlijke situatie.

Waarschuwing

- Gebruik het apparaat nooit als de lampbehuizing beschadigd of kapot is of als deze ontbreekt.
- Gebruik het apparaat niet als het apparaat, de adapter of het snoer enige schade vertoont, als er vloeistof in/op het apparaat is gemorst of als er een voorwerp in/op is gevallen, als het apparaat is blootgesteld aan regen of vocht, als het apparaat niet normaal functioneert of als het is gevallen of beschadigd is geraakt.
- Als u zich op enig moment tijdens de RelaxBreathe-ademhalingsoefening niet prettig voelt, kunt u gewoon weer op uw normale manier gaan ademen.

- Gebruik het apparaat uitsluitend in combinatie met de bijgeleverde adapter.
- Als de adapter beschadigd is, moet u deze altijd laten vervangen door een adapter van het oorspronkelijke type om gevaar te voorkomen.
- Dit apparaat is niet bedoeld voor gebruik door personen (waaronder kinderen) met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of geestelijke vermogens, of die gebrek aan ervaring of kennis hebben, tenzij iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid toezicht op hen houdt of hun heeft uitgelegd hoe het apparaat dient te worden gebruikt.
- Als u aan een depressie lijdt of hebt geleden, raadpleeg dan uw arts voordat u het apparaat gaat gebruiken.
- Gebruik dit apparaat niet als middel om minder uren te slapen. Dit apparaat is bedoeld om u te helpen bij het wakker worden. Uw slaapbehoefte wordt er niet minder door.

Let op

- Controleer of het voltage dat wordt aangegeven op het apparaat, overeenkomt met de netspanning ter plaatse voordat u de stekker in het stopcontact steekt.
- Plaats het netsnoer zodanig dat niemand erop trapt en het niet wordt afgeklemd, in het bijzonder bij stekkers, wandstopcontacten en punten waar het netsnoer uit de lamp komt.
- Gebruik de adapter niet in of in de buurt van stopcontacten waar een elektrische luchtverfrisser in zit. Dit kan de adapter onherstelbaar beschadigen.
- Laat het apparaat niet op de grond vallen, sla niet op het apparaat en stel het apparaat niet bloot aan andere zware schokken.
- Plaats het apparaat op een stabiele, vlakke en slipvrije ondergrond.
- Dek het apparaat niet af met bijvoorbeeld een laken, gordijn, kleding of papier waardoor de werking van de koeling verstoord zou kunnen worden.
- Gebruik het apparaat niet bij een omgevingstemperatuur lager dan 5 °C of hoger dan 35 °C.
- Het apparaat heeft geen aan/uit-knop. Als u het apparaat wilt uitschakelen, neemt u de adapter uit het stopcontact. U moet de adapter en het stopcontact altijd gemakkelijk kunnen bereiken.
- Dit apparaat is uitsluitend bedoeld voor huishoudelijk gebruik of voor vergelijkbaar gebruik zoals bijvoorbeeld in hotels.
- Plaats geen voorwerpen met een open vlam, zoals brandende kaarsen, op het apparaat.
- De LEDs in deze Wake-Up Light zijn niet vervangbaar. Wanneer zij het einde van hun levensduur bereiken, moet de hele Wake-Up Light worden vervangen.

Algemeen

- Als u vaak te vroeg wakker wordt of wakker wordt met hoofdpijn, stelt u een lagere lichtintensiteit in en/of verkort u de zonsopkomstsimulatietijd.
- Als u vaak wordt wakker wordt van het wekgeluid, stelt u een hogere lichtintensiteit in of verlengt u de zonsopkomstsimulatietijd.

- Als u de slaapkamer deelt met iemand anders, kan deze persoon onbedoeld wakker worden door het licht van het apparaat, zelfs als deze persoon zich verder van het apparaat bevindt. Dit is het gevolg van verschillen in lichtgevoeligheid tussen mensen onderling.
- Het energieverbruik van het apparaat is het laagst als er geen apparaat is aangesloten op de USB-poort en als de lamp, de radio, het display en de Wi-Fi zijn uitgeschakeld.

Veiligheid en naleving van richtlijnen

Dit apparaat voldoet aan de EU-veiligheidseisen ten aanzien van:

- IEC 60598: Armaturen
- IEC 62471: Fotobiologische veiligheid van lampen en systemen die lampen gebruiken.
- IEC 62368: Audio/video-, informatie- en communicatietechnologieapparatuur.

Elektromagnetische velden (EMV)

Dit Philips apparaat voldoet aan alle toepasselijke richtlijnen en voorschriften met betrekking tot blootstelling aan elektromagnetische velden.

Interactieve menupictogrammen

	Wekprofiel/Alarmpictogram		Lichtintensiteit en lamp aan/uit		Terug naar hoger niveau in het menu
	Instellingen		Geluiden		Instelling bevestigen en opslaan
	Ontspanningsprogramma		AUX-aansluiting		Radio
	Wi-Fi inschakelen		Wi-Fi uitschakelen		Alarminstellingen wijzigen
	Instellingen en helderheid van display		Natuurlijk geluid selecteren		Alarm negeren
	Time-out voor display inschakelen		Time-out voor display uitschakelen		Alarm deactiveren
	Hoorbare feedback inschakelen		Hoorbare feedback uitschakelen		Licht- of geluidsbegeleiding
	Zonsondergangsimulatie		De duur van het wekprofiel		Wekprofiel verwijderen
	Dagen van de week		RelaxBreathe		RelaxBreathe-tempo



Weekdag selecteren

Selectie weekdag
verwijderenDuur van een
programma

Start bedtijd



Programma starten



Programma stoppen

Uw apparaat aansluiten op Wi-Fi

Als het apparaat in de app wordt bijgewerkt via een Wi-Fi-verbinding, is de informatie in dit document mogelijk niet up-to-date. Ga voor de meest recente gebruiksaanwijzing naar www.philips.com/support. Philips behoudt zich het recht voor de firmware van het apparaat bij te werken.

Eenvoudige Wi-Fi-configuratie



Download de Philips SleepMapper-app vanuit Google Play of de App Store op uw mobiele telefoon. Bekijk de informatie in Google Play of de App Store om te controleren of uw mobiele telefoon compatibel is met de app. U kunt eenvoudig de Wi-Fi-verbinding voor uw connected Sleep & Wake-Up Light configureren.

De configuratie voor het installeren van uw Sleep & Wake-Up Light en het verbinden van uw Wi-Fi-thuisnetwerk hoeft slechts eenmaal te worden uitgevoerd. Deze configuratie duurt ongeveer 5-10 minuten.

Installatiewizard van de connected Sleep & Wake-Up Light

- 1 Wanneer u uw connected Sleep & Wake-Up Light voor het eerst gebruikt, wordt een installatiewizard geopend op het apparaat.
 - 2 Nadat u uw taal hebt geselecteerd op het display van het apparaat, gaat u verder in de app. Zorg dat u de app op uw mobiele telefoon hebt geopend.
 - 3 Volg de instructies in de app om uw apparaat te verbinden met het Wi-Fi-netwerk. Als u problemen ondervindt bij het maken van een verbinding tussen de app en uw apparaat, raadpleegt u het ondersteuningsgedeelte in de app of de items in de sectie over het oplossen van problemen in deze gebruiksaanwijzing (zie 'Problemen oplossen').
- Hebt u uw apparaat eerder geconfigureerd zonder de app maar wilt u nu uw apparaat met de app verbinden, druk dan op het Wi-Fi-pictogram  in het instellingenmenu van uw apparaat. Het toegangspuntmodus-pictogram  verschijnt op het display. Open de app op uw mobiele telefoon om verbinding te maken.
 - Hebt u uw Wi-Fi-thuisnetwerk of uw wachtwoord gewijzigd, houd dan het Wi-Fi-pictogram  in het instellingenmenu van uw apparaat 8 seconden ingedrukt. Het toegangspuntmodus-pictogram  verschijnt op het display. Open de app op uw mobiele telefoon om verbinding te maken.

Het pictogram, dat een probleem met de Wi-Fi-verbinding aangeeft, kan op het display verschijnen als er geen verbinding tot stand kan worden gebracht. Lees het gedeelte over het oplossen van problemen om het probleem te verhelpen.

Opmerking: De app op uw mobiele telefoon en uw verbonden Sleep & Wake-Up Light kunnen ALLEEN met elkaar communiceren als beide apparaten met het hetzelfde Wi-Fi-thuisnetwerk zijn verbonden. Als dit niet het geval is, kunt u



het apparaat niet op afstand bedienen via de app (u kunt bijvoorbeeld geen alarm instellen).

AmbiTrack-sensors

De connected Sleep & Wake-Up Light verzamelt input vanuit de omgeving via de AmbiTrack-sensors. AmbiTrack-sensors meten licht, vochtigheid, temperatuur en geluidsdruk. Deze factoren kunnen van invloed zijn op uw slaap. Alleen in de app kunt u informatie bekijken over de aanbevolen waarden voor ideale slaapomstandigheden. De metingen van de sensoren kunnen worden beïnvloed door de omgeving van het apparaat. Als u bijvoorbeeld het apparaat naast een venster of een hittebron zoals een radiator zet, geven de temperatuur- en vochtigheidssensors mogelijk geen goede indicatie van de temperatuur/vochtigheid in de volledige ruimte.

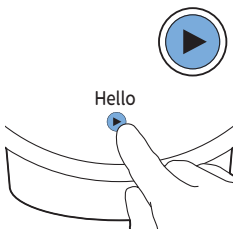
Uw apparaat zonder de app configureren

U kunt de Sleep & Wake-Up Light zonder de app configureren. Voordat u het apparaat kunt gebruiken, moet eerst een installatiewizard op het apparaat worden voltooid. U kunt het apparaat later met de app verbinden.

We raden u ten zeerste aan om uw apparaat in te stellen met de SleepMapper-app, zodat u gebruik kunt maken van alle functies van de app.

- 1 Start de installatiewizard door op het startpictogram te tikken op het display van het apparaat.
- 2 Met de installatiewizard op het apparaat kunt u stap voor stap de gewenste opties, een wekprofiel en een ontspanningsprogramma instellen.

Opmerking: U kunt het wekprofiel en het ontspanningsprogramma ook later instellen. Tik herhaaldelijk op de pijl om deze instellingen over te slaan. We raden u echter aan om uw wekprofiel en ontspanningsprogramma meteen in te stellen. Op deze manier leert u de verschillende functies van het apparaat gelijk kennen.

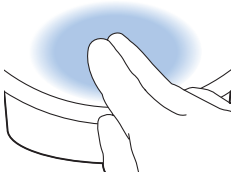


Navigeren in het menu

Hebt u uw apparaat geconfigureerd met behulp van de SleepMapper-app of met de installatiewizard (zie 'Uw apparaat zonder de app configureren') op het apparaat, dan ziet u het menu zoals in de volgende gedeelten wordt beschreven.

Op het display van het apparaat kunt u het wekprofiel, het nachtlampje, de instellingen, de geluidsbron en het ontspanningsprogramma selecteren en instellen.





Opmerking: Als er niets op het display wordt weergegeven, beweegt u uw hand naar het onderste gedeelte van het apparaat om het displaymenu weer te geven. U ziet nu de menupictogrammen.



Instellingen bevestigen en opslaan

Al uw persoonlijke instellingen en profielen worden permanent opgeslagen in het geheugen. U kunt deze op elk moment wijzigen. Druk op het vinkje om te bevestigen en bewaar het gewenste profiel of instellingswijziging in een willekeurig menu.

Opmerking: Uw persoonlijke instellingen en profielen gaan niet verloren als u de stekker uit het stopcontact trekt.

Wekprofielen instellen



In uw wekprofiel op het apparaat kunt u de alarmtijd, de maximale lichtintensiteit en het door u gewenste type wekgeluid instellen. U kunt in totaal twee verschillende wekprofielen instellen in het menu op het apparaat. Met de SleepMapper-app kunt u nog meer wekprofielen instellen.

Opmerking: Als een alarm actief is, wordt op het hoofddisplay van het apparaat de ingestelde alarmtijd weergegeven.

Opmerking: Houd het alarmpictogram ingedrukt in het hoofdmenu als u alle ingestelde alarmen in één keer wilt deactiveren.



- 1 Met de twee pijlpictogrammen (◀ ▶) kunt u schakelen tussen de verschillende wekprofielen op het apparaat.
- 2 Druk op het deactivatiepictogram (🔕) om het alarm te deactiveren.



- 3 Druk op de het pictogram alarminstellingen (🔔) om het menu Alarmprofielinstellingen te openen.

Tijd en dag alarm



In dit menu kunt u de tijd wijzigen door op + of - te drukken. Het alarm wordt elke dag automatisch herhaald.



U kunt instellen op welke dag van de week het alarm afgaat.

- 1 Druk op het kalenderpictogram (📅).



- De dagen van de week zijn aangegeven met de beginletter. Als een alarm actief is, wordt deze letter helder weergegeven. Met de pijlpictogrammen kunt u schakelen tussen de dagen van de week.
- Druk op dit pictogram om het alarm voor een bepaalde dag uit te schakelen. De letters van de dagen waarop het alarm niet actief is, worden gedimd weergegeven.

De lichtintensiteit van het wekprofiel



De lamp van het apparaat bootst een zonsopkomst na. Net als bij een echte zonsopkomst wordt het licht van de lamp geleidelijk steeds feller. Tijdens deze wakperiode verandert de kleur van het licht van zacht rood in warm oranje en dan in fel geel.



Druk op het pictogram op het display om een van de 25 niveaus voor de lichtintensiteit te kiezen.

De duur van het wekprofiel



De wakperiode duurt standaard 30 minuten (met een toename van de lichtintensiteit tot het ingestelde maximum is bereikt). De duur kan naar wens worden aangepast door op het apparaat op het pictogram te drukken.

Type geluid



Druk op dit pictogram om het geluidmenu te openen om het geluid van het wekprofiel in te stellen.



- Druk op het schakelpictogram om een van de drie geluidopties te kiezen: natuurlijke geluiden, radio of geen geluid.
- Druk op het pictogram voor natuurlijke geluiden om een van de natuurlijke geluiden te selecteren of druk op het radiopictogram om een van de radiozenders te selecteren.
- U het volume instellen met het luidsprekerpictogram .

Wekprofiel verwijderen



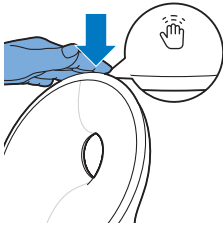
Druk op dit pictogram om het alarm te wijzigen. Druk op om een wekprofiel te verwijderen.

Tijd + alarm back-up

Tijdens een stroomstoring werkt geen van de functies van het apparaat meer, inclusief het display. De ingebouwde klok en het back-upalarm blijven echter nog minimaal acht uur werken.

Als tijdens een stroomstoring de tijd is bereikt waarop het alarm is ingesteld, gaat het back-upalarm af, waarbij er ongeveer één minuut lang een piepend geluid klinkt.

Sluimeren



Als aan het einde van de wekperiode (wanneer de ingestelde maximale lichtintensiteit is bereikt) nog steeds het alarm klinkt, kunt u de sluimerfunctie activeren door boven op het apparaat te tikken.

De lamp blijft aan, maar het geluid wordt uitgeschakeld. De sluimertijd kan worden aangepast in de app. De standaardsluimertijd is 9 minuten. Na 9 minuten wordt het geluid automatisch opnieuw afgespeeld.

Opmerking: 60 minuten na de alarmtijd of 60 minuten na de laatste sluimerpauze, worden zowel het licht als het geluid automatisch uitgeschakeld.

Het alarm uitzetten




Wanneer de wekperiode actief is of het alarm afgaat, kunt u dit uitzetten door op het apparaat op dit pictogram te drukken. Als u het alarm uitzet, wordt dit alarmprofiel voor die dag gedeactiveerd.

Het apparaat als nachtlampje gebruiken

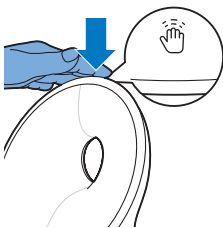


U kunt de connected Sleep & Wake-Up Light als nachtlampje gebruiken.

Druk op het pictogram van het nachtlampje  op het display om het nachtlampje in te schakelen.

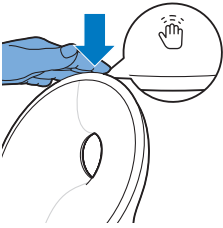
Opmerking: U kunt de felheid verhogen en verlagen. U kunt een felheid van 1 (laag) tot 25 (hoog) selecteren. De felheid is standaard ingesteld op 20.

U zet de lamp uit door op het kruispictogram in het menu te drukken.



Tip: Als de lamp aan staat, kunt u deze ook uitzetten door één keer boven op het apparaat te tikken. Alle actieve programma's worden gestopt. De ingestelde alarmen blijven geactiveerd.

Middernachtlamp



Als u 's nachts wakker wordt, kunt u een gedimd licht aanzetten door boven op het apparaat te tikken. Dit gedimde, subtiel oranje licht is net voldoende om uw weg te vinden in het donker. U kunt de middernachtlamp uitzetten door nogmaals boven op het apparaat te tikken.

Opmerking: De middernachtlamp kan niet direct worden geactiveerd als de hoofdlamp al aan staat. Tik in dat geval eerst boven op het apparaat om de hoofdlamp te deactiveren. Tik daarna nog een keer om de middernachtlamp te activeren.

Instellingen



Druk op het instellingenpictogram om het instellingenmenu te openen.

Opmerking: Houd het pictogram voor de instellingen 8 seconden ingedrukt om een nieuw menu te openen, waarin u de modus VERSIE (firmwareversie van het apparaat) of DEMO (versnelde wekperiode) kunt selecteren.



In het instellingenmenu kunt u de kloktijd (wanneer Wi-Fi is uitgeschakeld), de hoorbare feedback en de helderheid van het display van het apparaat instellen en Wi-Fi in- en uitschakelen.

Tijd



Druk op dit pictogram om het tijdmenu te openen.




In dit menu kunt u de tijd wijzigen door op + of - te drukken.


Druk op het tijdnotatiepictogram om te schakelen tussen de 12-uursklok en de 24-uursklok.

Opmerking: deze optie is niet beschikbaar als het apparaat via Wi-Fi is verbonden.

Wi-Fi



Zet Wi-Fi aan of uit door op het Wi-Fi-pictogram te drukken. Als de Wi-Fi is uitgeschakeld , wordt elke wijziging die u aanbrengt in de app pas uitgevoerd wanneer de Wi-Fi-verbinding is hersteld.

Opmerking: Houd het Wi-Fi-pictogram  circa 8 seconden ingedrukt om terug te keren naar de toegangspuntmodus. Open de toegangspuntmodus als u uw apparaat wilt verbinden met een ander Wi-Fi-netwerk of als u uw Wi-Fi-wachtwoord hebt gewijzigd.



Hebt u de toegangspuntmodus per ongeluk geactiveerd, druk dan twee keer op het Wi-Fi-pictogram in het Wi-Fi-menu om Wi-Fi weer te activeren. Uw connected Sleep & Wake-Up Light onthoudt het netwerk waarmee u verbinding hebt gemaakt.

Hoorbare feedback



Als u dit klikgeluid niet wilt horen bij het indrukken van een pictogram, drukt u op het pictogram voor hoorbare feedback om het klikgeluid uit te schakelen. Ter bevestiging hoort u nog één klik. Als u de hoorbare feedback opnieuw wilt activeren, drukt u nogmaals op dit pictogram.

Display-instellingen



Druk op het pictogram display-instellingen in het instellingenmenu om de display-instellingen in te stellen.



In dit menu kunt u de helderheid van het display instellen en de optie display-time-out kiezen.

Displayhelderheid

U kunt de helderheid van het display instellen van niveau 1 tot en met 6 met de plus- en minpictogrammen. Kies een niveau waarbij u het display optimaal kunt zien in het donker. De displayhelderheid van het apparaat past zich automatisch aan als het omgevingslicht in uw slaapkamer verandert.



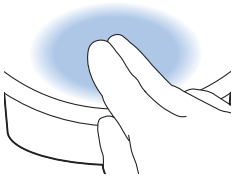
Time-out voor het display

Als u wilt dat het apparaat helemaal geen licht geeft, zelfs geen tijdsaanduiding, kunt u het display helemaal uitschakelen door op het display-time-out-pictogram te drukken. Het display wordt een paar seconden na uw laatste interactie met de pictogrammen geleidelijk uitgeschakeld.

Normaal gesproken schakelt het display, als u het enige tijd in geen van de menu's hebt aangeraakt, terug naar een weergave met alleen de tijds- en statusaanduiding. Als de time-out voor het display is geactiveerd, wordt de tijd niet weergegeven.

Druk op het pictogram om de time-out van het display uit te schakelen om het display weer in te schakelen.

Tip: Als u wilt zien hoe laat het is of een functie wilt selecteren terwijl de time-out voor het display is geactiveerd, kunt u het display een paar seconden lang inschakelen door gewoon even uw hand in de buurt van het display te houden.



Naar muziek luisteren



Druk op het geluidspictogram om de gewenste geluidssbron te selecteren.

Tip: Houd het geluidspictogram ingedrukt om het geluid in of uit te schakelen via het menu.



U kunt in het geluidsmenu de radio selecteren of uw eigen muziek afspelen door een hiervoor geschikt apparaat aan te sluiten op de AUX-aansluiting.

Tip: Als de radio is ingeschakeld of als er muziek wordt afgespeeld, kunt u het geluid uitzetten door één keer boven op het apparaat te tikken. Alle actieve programma's worden gestopt. De ingestelde alarmen blijven geactiveerd.


Naar de radio luisteren



U kunt via de Sleep & Wake-Up Light naar de FM-radio luisteren. Als u de radiofunctie hebt geselecteerd in het geluidsmenu, wordt de geselecteerde radiozender weergegeven. U kunt de radiozender handmatig veranderen door de FM-frequentie van een andere zender te selecteren.

Tip: Zorg ervoor dat u de antenne helemaal uitrolt en beweeg ermee totdat de ontvangst naar wens is.



U kunt 5 radiozenders als voorkeurzender instellen. Gebruik het pictogram FM-frequentie  om een radiozender te selecteren. U kunt het apparaat laten zoeken naar de volgende radiozender door de knop met de twee pijlen ingedrukt te houden.

Nadat u een radiozender hebt ingesteld, kunt u eenvoudig nog een voorkeurszender toevoegen door het wisselpictogram  te selecteren. Met deze procedure kunt u 5 radiozenders als voorkeurzender instellen.

Stel het volume in met het luidsprekerpictogram .

Muziek via de AUX-aansluiting



U kunt de verbonden Sleep & Wake-Up Light als luidspreker gebruiken voor het afspelen van muziek door een afspeelapparaat (bijvoorbeeld uw mobiele telefoon) aan te sluiten op de AUX-ingang.

Als u het geluid niet hard genoeg vindt terwijl het volume van het apparaat op maximaal is ingesteld, zet u het volume van uw afspeelapparaat hoger.

Als het geluid te hard of vervormd klinkt terwijl u het volume van het apparaat op een laag volume hebt ingesteld, zet u het volume van uw afspeelapparaat lager.

Opmerking: Als u een afspeelapparaat wilt aansluiten op de connected Sleep & Wake-Up Light hebt u een AUX-kabel nodig.

Opmerking: U kunt niet gewekt worden met muziek uit een apparaat dat op de AUX-ingang is aangesloten.

Ontspanningsprogramma's



Druk op het ontspanningspictogram om het gewenste ontspanningsprogramma te kiezen.



Het apparaat heeft twee ontspanningsprogramma's die u helpen ontspannen voordat u in slaap valt: Zonsondergangsimulatie en RelaxBreathe.

U kunt het actieve ontspanningsprogramma uitschakelen door boven op het apparaat te tikken.

U kunt ook de bedtijdfunctie in dit menu in- of uitschakelen.

Zonsondergangsimulatie



Tijdens de zonsondergangsimulatie wordt het licht geleidelijk minder fel waarbij de kleur verandert van fel geel in warm oranje en dan zacht rood.



Druk op de het pictogram zondsondergangsimulatie om het menu zonsonderganginstellingen te openen.



Druk op de afspreeknop om de zondsondergangsimulatie te beginnen. Druk op stop  of tik op de bovenkant van het apparaat om het programma te beëindigen.



Druk op dit pictogram om de duur van de zonsondergangsimulatie in te stellen. U kunt een duur van 5, 10, 15, 20, 30 of 45 minuten selecteren.





U kunt de lichtintensiteit van de zonsondergangsimulatie instellen met het lichtpictogram.



Druk op het geluidspictogram om een geluid in te stellen dat langzaam verstomt tijdens de zonsondergangsimulatie.



Druk op het schakelpictogram  om een van de drie geluidsopties te kiezen: natuurlijke geluiden, radio of geen geluid. U kunt ook uw eigen muziek afspelen door een hiervoor geschikt apparaat aan te sluiten op de AUX-aansluiting.

Druk op het pictogram van de natuurlijke geluiden  om één van de natuurlijke geluiden te selecteren.

U het beginvolume instellen met het luidsprekerpictogram .

RelaxBreathe




Bij de functie RelaxBreathe wordt de ademhalingstechniek vanuit de buik gebruikt als basis voor het ademhalingsprogramma. U kunt een van de ademhalingsprogramma's kiezen, met licht of geluid erbij. Door de combinatie van de ademhalingsoefening vanuit de buik en de begeleiding van de connected Sleep & Wake-Up Light gaat u zich steeds meer ontspannen voelen.



Druk op de het pictogram RelaxBreathe om het menu RelaxBreathe-instellingen te openen.



Druk op de afspreekknop om de RelaxBreathe-sessie te beginnen. Druk op stop  of tik op de bovenkant van het apparaat om RelaxBreathe te beëindigen.



Druk op dit pictogram om de duur van het ontspanningsprogramma in te stellen. U kunt een duur van 5, 10 of 15 minuten selecteren.



U kunt uit zeven ontspanningsprogramma's kiezen waarvoor het ademhalingstempo is ingesteld. Elk ontspanningsprogramma heeft een ander ademhalingstempo. Het programma '4 ademhalingen' is ingesteld op vier ademhalingen per minuut. Het programma '5 ademhalingen' is ingesteld op vier ademhalingen per minuut. Voor elk volgend programma komt er steeds één ademhaling per minuut bij. Het laatste programma (10 ademhalingen) is ingesteld op 10 ademhalingen per minuut.



U kunt kiezen of u zich tijdens het geselecteerde ontspanningsprogramma door licht of door geluid wilt laten leiden. Volg tijdens het in- en uitademen het licht of het geluid.

- Als u zich door licht wilt laten leiden, ademt u in als de lichtintensiteit toeneemt. Houd tussen de twee subtiele lichtflitsen even uw adem in. Adem langzaam uit als de lichtintensiteit afneemt.
- Als u zich door geluid wilt laten leiden, ademt u in als het geluid van de golven harder wordt. Als het geluid van de golven even stopt, houdt u uw adem in. Adem langzaam uit als het geluid van de golven zachter wordt.

Volg uw eigen tempo met behulp van het licht of het geluid, voor een ontspannen gevoel. U kunt dit zelfs met uw ogen dicht doen.

Opmerking: u kunt een instructievideo van RelaxBreathe vinden in de app en op de website van Philips.

Ademhaling vanuit de buik voor ontspanning

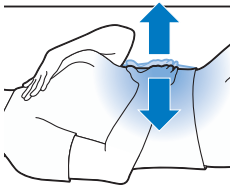
De ademhalingstechniek vanuit de buik is de bekendste ademhalingstechniek om mensen te helpen ontspannen. Als u ademhaalt vanuit uw buik, komt het middenrif vanzelf lager te liggen. Uw longen worden omlaag getrokken waardoor u heel diep kunt inademen.

Let op: als u zich op enig moment tijdens deze ademhalingsoefening niet prettig voelt, kunt u gewoon weer op uw normale manier gaan ademen.

Leren ademen vanuit de buik

- 1 Ga comfortabel op uw rug liggen.
- 2 Adem in door de neus en adem weer uit door de neus of mond.





- 3 Leg een hand op uw buik en de andere hand op uw borst.
De hand op uw buik zou u omhoog moeten zien gaan bij elke inademing en omlaag bij elke uitademing. De hand op uw borst beweegt nauwelijks.
- 4 De ademhaling mag alleen vanuit uw buik komen. Probeer om langer uit te ademen dan dat u inademt. Hierdoor zult u zich snel meer ontspannen voelen.

Opmerking: de RelaxBreathe-functie van het apparaat kan begeleiding bieden tijdens de buikademhaling.

Bedtijdfunctie



U kunt bijhouden hoe lang u in bed ligt door, voordat u gaat slapen, gedurende circa 2 seconden op de bovenkant van het apparaat te drukken om de bedtijdfunctie te activeren. U kunt ook de bedtijdfunctie in het ontspanningsmenu inschakelen. U kunt de bedtijdfunctie ook starten door in de SleepMapper-app op 'bijhouden starten' te drukken.



Op het apparaat verschijnt een maanpictogram om u te laten weten dat het bijhouden van de bedtijd is gestart. Meer informatie over de bedtijdfunctie kunt u in de app vinden.

Uw mobiele telefoon opladen

U kunt de USB-poort (zie 'Algemene beschrijving') gebruiken om uw mobiele telefoon op te laden.

Schoonmaken en opbergen

- Maak het apparaat schoon met een zachte, droge doek.
- Gebruik nooit schuurmiddelen, schuursponsjes of oplosmiddelen zoals alcohol, aceton enzovoort. Hierdoor kan het oppervlak van het apparaat worden beschadigd.
- Gaat u het apparaat langere tijd niet gebruiken, haal dan de adapter uit het stopcontact en bewaar het apparaat op een veilige en droge plaats waar er niet tegenaan gestoten kan worden en het niet beschadigd kan raken.
- Rol het snoer niet om het apparaat heen als u het apparaat opbergt.

Recyclen



- Dit symbool betekent dat dit product niet samen met het gewone huishoudelijke afval mag worden weggegooid (2012/19/EU).
- Volg de in uw land geldende regels voor de gescheiden inzameling van elektrische en elektronische producten. Als u oude producten correct verwijdert, voorkomt u negatieve gevolgen voor het milieu en de volksgezondheid.

Garantie en ondersteuning

Als u informatie of ondersteuning nodig hebt, raadpleegt u www.philips.com/support of bezoekt u uw Philips-dealer. U kunt ook contact opnemen met de Philips Klantenservice in uw land (zie de meegeleverde internationale garantieverklaring voor contactgegevens).

Problemen oplossen

In dit hoofdstuk worden in het kort de meest voorkomende problemen behandeld die zich kunnen voordoen tijdens het gebruik van het apparaat. Als u het probleem niet kunt oplossen met behulp van de onderstaande informatie, gaat u naar www.philips.com/support voor een lijst met veelgestelde vragen of neemt u contact op met de Klantenservice in uw land.

Als het apparaat in de app wordt bijgewerkt via een Wi-Fi-verbinding, is de informatie in dit document mogelijk niet up-to-date. Ga voor de meest recente gebruiksaanwijzing naar www.philips.com/support. Philips behoudt zich het recht voor de firmware van het apparaat bij te werken.

Problemen met connectiviteit oplossen

Probleem	Oplossing
Ik kan de app niet downloaden op mijn mobiele telefoon.	De app is beschikbaar voor mobiele telefoons met Android of iOS. De app is niet beschikbaar voor Windows-telefoons.
Ik kan mijn Wake-Up Light niet verbinden met mijn Wi-Fi-thuisnetwerk, wat moet ik doen?	<p>Als u uw Wake-Up Light niet kunt verbinden met uw W-Fi-thuisnetwerk en u nog steeds het knipperende pictogram voor de toegangspuntmodus (†) ziet, kan dit een van de volgende oorzaken hebben:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Verkeerd wachtwoord. Zorg ervoor dat u het juiste wachtwoord van het Wi-Fi-netwerk hebt ingevoerd en probeer het opnieuw. 2. Is uw router geschikt voor een verbinding met uw Wake-Up Light? Uw router heeft een 2,4GHz-band nodig om met het apparaat te communiceren. Zorg er bij de eerste configuratie voor dat uw mobiele telefoon en het apparaat allebei verbonden zijn met hetzelfde Wi-Fi-netwerk van 2,4 GHz, anders kunt u het apparaat en de mobiele telefoon niet met elkaar verbinden. Het apparaat kan geen verbinding maken met een 5 GHz-netwerk. Schakel het 5 GHz-netwerk tijdelijk uit, zodat het apparaat verbinding kan maken met het 2,4 GHz-netwerk. Daarna kunt u het 5 GHz-netwerk weer inschakelen. 3. Controleer de signaalsterkte van de Wi-Fi. Als het signaal zwak is, kan het apparaat niet goed verbinding maken. Zet het apparaat dicht bij de router om ervoor te zorgen dat er een goed Wi-Fi-signaal beschikbaar is. <p>Als u het probleem niet met de voorgaande stappen kunt oplossen, kunt u ook het volgende proberen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Herstel de standaardinstellingen door het uiteinde van een paperclip in de resetknop aan de achterkant van het apparaat (zie 'Algemene beschrijving') te drukken. Met deze reset worden alle persoonlijke instellingen verwijderd. 2. Als u met de voorgaande stappen het probleem niet hebt kunnen oplossen, neemt u contact op met de Philips Klantenservice in uw land.

Probleem	Oplossing
Mijn connected Sleep & Wake-Up Light kan niet worden verbonden met een Wi-Fi-gastnetwerk.	Het gebruik van uw apparaat in een gastnetwerk wordt niet ondersteund. Stel uw apparaat in op een normaal Wi-Fi-netwerk.
Hoe verwijder ik mijn persoonlijke Wi-Fi-instellingen en alarmen van de connected Sleep & Wake-Up Light?	Herstel de standaardinstellingen door het uiteinde van een paperclip in de resetknop aan de achterkant van het apparaat (zie 'Algemene beschrijving') te drukken.
Ik wil mijn nieuwe smartphone verbinden met mijn connected Sleep & Wake-Up Light. Wat moet ik doen?	<p>Als uw mobiele telefoon nog steeds is verbonden met de Sleep & Wake-Up Light, verwijdert u de verbinding eerst in de app in het tabblad 'meer' door 'Apparaat vergeten' te selecteren.</p> <p>Installeer de app opnieuw op uw nieuwe mobiele telefoon. Geef in de app aan dat u de connected Sleep & Wake-Up Light al hebt geïnstalleerd en volg de instructies in de app.</p>
Ik kan de app niet gebruiken om alarmen in te stellen of om de connected Sleep & Wake-Up Light te bedienen.	<p>Controleer eerst of uw Sleep & Wake-Up Light verbonden is met een Wi-Fi-netwerk. Hebt u de Wi-Fi-configuratie voltooid via de Philips SleepMapper-app en uw apparaat verbonden met een specifiek Wi-Fi-netwerk, dan zou u een constant Wi-Fi-symbool in de rechterbovenhoek van het hoofddisplay op het apparaat moeten zien .</p> <p>☞ Controleer eerst of Wi-Fi is ingeschakeld op uw mobiele telefoon en uw router. Ziet u het pictogram dat aangeeft dat de Wi-Fi is uitgeschakeld op het display van het apparaat, schakel dan eerst Wi-Fi in.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uw mobiele telefoon heeft mogelijk verbinding gemaakt met een ander Wi-Fi-netwerk. Zorg dat uw mobiele telefoon en het apparaat verbinding hebben met hetzelfde Wi-Fi-thuisnetwerk. <p>Ziet u het pictogram dat aangeeft dat er een probleem met de Wi-Fi-verbinding is , kan dit een van de volgende oorzaken hebben.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Controleer de instellingen voor uw Wi-Fi-thuisnetwerk op de router. Mogelijk is UPnP (Universal Plug and Play) niet ingeschakeld op uw router. Schakel deze instelling in op de router. 2. Controleer de signaalsterkte van de Wi-Fi. Als het signaal zwak is, kan het apparaat niet goed verbinding maken. Zet het apparaat dichterbij de router om ervoor te zorgen dat er een goed Wi-Fi-signaal beschikbaar is. 3. Mogelijk hebt u het Wi-Fi-wachtwoord van het thuisnetwerk veranderd of een nieuwe router geïnstalleerd.
	<p>Als u het probleem niet met de voorgaande stappen kunt oplossen, kunt u ook het volgende proberen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Herstel de standaardinstellingen door het uiteinde van een paperclip in de resetknop aan de achterkant van het apparaat (zie 'Algemene beschrijving') te drukken. Met deze reset worden alle persoonlijke instellingen verwijderd. 2. Als u met de voorgaande stappen het probleem niet hebt kunnen oplossen, neemt u contact op met het Philips Consumer Care Centrum in uw land.

Probleem	Oplossing
Ik heb een nieuwe router/nieuw Wi-Fi-wachtwoord/nieuw Wi-Fi-netwerk en ik wil een verbinding maken tussen mijn connected Sleep & Wake-Up Light en de router. Wat moet ik doen?	<p>Volg deze stappen om opnieuw een verbinding in te stellen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ga in de SleepMapper-app naar het tabblad Meer en klik op Apparaatgegevens weergeven en selecteer Apparaat vergeten. 2. Houd in het instellingenmenu van uw Sleep & Wake-Up Light, het Wi-Fi-pictogram 8 seconden ingedrukt. U ziet nu het pictogram van de toegangspuntmodus (↑) op het display. 3. Open de app weer, ga naar het tabblad Meer en selecteer de optie Een nieuw apparaat toevoegen. Volg de instructies in de app.


Algemene problemen oplossen

Probleem	Oplossing
Het pictogram op het display of het lampje op het apparaat reageert niet wanneer ik verschillende functies probeer in te stellen.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Koppel het apparaat los van de voedingsbron door de adapter uit het stopcontact te verwijderen. Wacht 10 seconden en sluit het apparaat weer aan. Schakel het apparaat weer in. 2. Als het opnieuw inschakelen van het apparaat niet werkt, gaat u terug naar de standaardinstellingen door het uiteinde van een paperclip in de opening van de resetknop aan de achterkant van het apparaat (zie 'Algemene beschrijving') te drukken. Houd er rekening mee dat alle persoonlijke instellingen (zoals een ingesteld alarm) worden gewist wanneer u de standaardinstellingen herstelt. <p>Als het apparaat nog steeds niet werkt, neemt u contact op met de Philips Klantenservice in uw land.</p>
De lamp gaat niet aan wanneer de wekfunctie in werking treedt.	<p>Mogelijk hebt u de lichtintensiteit te laag ingesteld. Verhoog de lichtintensiteit in uw wekprofiel.</p> <p>Misschien hebt u de alarmfunctie uitgeschakeld. Het alarmpictogram is zichtbaar op het display als het alarm is geactiveerd.</p>
De lamp gaat niet direct aan wanneer ik deze inschakel.	<p>Het kan 1 tot 5 seconden duren voordat de lamp aangaat, afhankelijk van de ingestelde lichtintensiteit.</p>
Ik hoor het alarmgeluid niet wanneer het alarm afgaat.	<p>Misschien hebt u het geluid te zacht ingesteld. U kunt het geluid harder instellen door het volume van uw wekgeluid te verhogen in uw wekprofiel.</p> <p>Als u een alarm hebt ingesteld, ziet u eerst het licht dat bij de wekperiode hoort. U zult het wekgeluid alleen horen als de ingestelde alarmtijd is bereikt. U kunt aanpassen hoe lang het licht aan is tijdens de wekperiode.</p> <p>Als u de FM-radio hebt geselecteerd als alarmgeluid, moet u nadat u het alarm hebt uitgezet de FM-radio weer aanzetten om te controleren of de FM-radio werkt.</p> <p>Controleer of uw FM-radio goed is afgestemd op de gewenste radiozender. Pas zo nodig de frequentie aan. Als de radio nog steeds niet werkt, neemt u contact op met het Philips Consumer Care Centrum in uw land.</p>


Probleem	Oplossing
De FM-radio werkt niet of maakt kraakgeluiden.	Controleer of de FM-radio goed is afgestemd op de gewenste radiozender. Pas zo nodig de frequentie aan.
	Wijzig de stand van de antenne door ermee te bewegen. Zorg dat de antenne helemaal is uitgerold.
	Misschien is er een zwak signaal. Pas de frequentie aan en/of wijzig de stand van de antenne door ermee te bewegen. Zorg dat de antenne helemaal is uitgerold.
Gisteren ging het alarm nog af, maar vandaag niet.	Misschien hebt u de wekfunctie uitgeschakeld of het alarm voor een specifieke dag ingesteld. Het alarmpictogram is zichtbaar op het display als het alarm binnen 24 uur afgaat.
	In Philips SleepMapper-app hebt u meerdere opties om alarmen in te stellen; mogelijk is het alarm niet goed ingesteld. Controleer of u het alarm goed hebt ingesteld in de app. Zorg dat uw apparaat en de app verbinding hebben met hetzelfde Wi-Fi-thuisnetwerk wanneer u een alarm instelt.
Ik wilde sluimeren, maar het alarm ging na 9 minuten niet opnieuw af.	Mogelijk hebt u per ongeluk op dit pictogram  op het display gedrukt om het alarm uit te schakelen. Hierdoor wordt het alarm voor die dag uitgeschakeld. Tik op de bovenkant van het apparaat om te sluimeren.
Het licht wekt mij te vroeg of te laat.	Mogelijk hebt u niet een voor u gepast lichtintensiteitsniveau ingesteld. Probeer een lager lichtintensiteitsniveau als u te vroeg wakker wordt of een hoger intensiteitsniveau als u te laat wakker wordt. U kunt ook de lengte van de wekperiode aanpassen. Als lichtintensiteit 1 nog niet laag genoeg is, kunt u het apparaat verder weg zetten van uw bed. Is de lichtintensiteit niet hoog genoeg om u te wekken, zorg er dan voor dat het licht van het apparaat niet wordt geblokkeerd door een voorwerp en dat het apparaat dichtbij staat.
Ik kan de middernachtlampfunctie niet in- of uitschakelen.	Zorg ervoor dat u het apparaat op de juiste plaats (bovenkant/achterkant) aanraakt.
Ik kan geen muziek streamen via USB.	De USB-aansluiting is alleen bedoeld om uw mobiele telefoon op te laden. Het is niet mogelijk om muziek te streamen naar de connected Sleep & Wake-Up Light.
De AUX-ingang werkt niet goed.	Zet het volume op uw mobiele telefoon hoger of lager. Pas eventueel ook het volume op het apparaat aan.
Het apparaat maakt plotseling een piepend geluid.	Het back-up alarm ging af. Dit kan gebeuren tot 8 uur nadat de stroom is onderbroken, wanneer de ingestelde alarmtijd wordt bereikt. Het alarmgeluid stopt automatisch na ongeveer 1 minuut. U kunt het alarmgeluid ook direct stoppen door het apparaat kort van stroom te voorzien. Als u wilt voorkomen dat het back-upalarm afgaat terwijl het apparaat niet van stroom wordt voorzien (bijvoorbeeld tijdens opslag), kunt u het beste de alarmen deactiveren voordat u het apparaat uitschakelt.

Specificaties

Adapter

Fabrikant	PHILIPS
Typenummer	HF20
Nominale ingangsspanning	100 – 240 V AC
Nominale ingangsfrequentie	50 / 60 Hz
Nominale uitgangsspanning	24,0 V DC
Nominale uitgangsstroom	0,75 A
Nominaal uitgangsvermogen	18,0 W
Onbelast vermogen	< 0,1 W
Energieklasse	VI
Veiligheidsnorm	Klasse II voeding 
Afmetingen (hoogte x breedte x diepte)	35 x 78 x 66 mm
Gewicht	Circa 0,12 kg
Snoerlengte	Circa 150 cm

Het apparaat

Fabrikant	PHILIPS
Typenummer	HF3670, HF3671, HF3672
Nominale ingangsspanning	24 V DC
Nominale ingangsstroom	0,75 A
Nominaal ingangsvermogen	18 W
Stroomverbruik apparaat bij stand-by (hoofdunit + adapter)	< 2 W (Wi-Fi aan en display op maximale helderheid) < 1 W (Wi-Fi uit en display op maximale helderheid)
Omstandigheden: 's nachts (12 u / 0 lux), overdag (12 u / 500 lux), alle functies uitgeschakeld	< 0,5 W (Wi-Fi uit en display uit)
Veiligheidsnorm	Armatuur van klasse II 
Afmetingen (hoogte x breedte x diepte)	Circa 225 x 220 x 120 mm
Gewicht	Circa 0,78 kg

Poorten

Opladen via USB	5 V DC, 1 A
-----------------	-------------

gevoeligheid AUX	280 mV
------------------	--------

Lampje

Lichtopbrengst (niveau 1 – 25)	Circa 1 lux – 350* lux op 45 cm *afhankelijk van model
--------------------------------	-----------------------------------------------------------

Lichtkleur (niveau 1 – 25)	Circa 1500 K – 2800 K
----------------------------	-----------------------

FM

Frequentieband FM-radio	87,5 MHz – 108,0 MHz
-------------------------	----------------------

Wi-Fi

Bedrijfsfrequentie (kanaal 1 – 13)	2412 MHz – 2472 MHz
------------------------------------	---------------------

Modulatietype:	IEEE 802.11b, 802.11g, 802.11n
----------------	--------------------------------

RF-uitgangsvermogen	Max. 20 dBm
---------------------	-------------

AmbiTrack-sensors

Lichtsensoren	0 lux tot 2500 lux
---------------	--------------------

Temperatuursensoren	0 °C tot 50 °C
---------------------	----------------

Luchtvochtigheidsensoren	0 % tot 100 % (relatieve luchtvochtigheid)
--------------------------	--------------------------------------------

Geluidsdruksensoren	30 dBA tot 70 dBA
---------------------	-------------------

Voorwaarden voor een goede werking

Temperatuur	5 °C tot 35 °C
-------------	----------------

Relatieve vochtigheid	20 % tot 90 % (geen condens)
-----------------------	------------------------------

Atmosferische druk	86 kPa tot 106 kPa
--------------------	--------------------

Opbergomstandigheden

Temperatuur	-20 °C tot 50 °C
-------------	------------------

Relatieve vochtigheid	20 % tot 90 % (geen condens)
-----------------------	------------------------------

Atmosferische druk	86 kPa tot 106 kPa
--------------------	--------------------

Open-source software en software van derden

Een kopie van de licentieovereenkomst voor de opensourcesoftware en commerciële software van derden kunt u vinden op de website www.philips.com/support.

Zoek naar het apparaatnummer HF3670 / HF3671 / HF3672 / HF3650 / HF3651 / HF3652 / HF3653 / HF3654 op de pagina met technische documentatie van het product.

Innhold

Innledning	164
Generell beskrivelse	164
Tiltenkt bruk	164
Effektene av Sleep & Wake-Up Light	164
Viktig sikkerhetsinformasjon	165
Sikkerhet og forskriftsoverholdelse	166
Elektromagnetiske felt (EMF)	167
Interaktive menyikoner	167
Koble apparatet ditt til Wi-Fi	167
Navigere i menyen	169
Å angi vekkeprofiler	170
Tid + sikkerhetskopiering av alarm	171
Slumring	171
Avvise alarmen	171
Bruke apparatet som en nattbordlampe	172
Midnattslys	172
Innstillinger	172
Lytte til musikk	174
Avslapningsprogrammer	175
Solnedgangssimulering	175
RelaxBreathe	176
Leggetidsfunksjon	177
Lade mobiltelefonen	177
Rengjøring og oppbevaring	177
Resirkulering	178
Garanti og støtte	178
Feilsøking	178
Spesifikasjoner	182
Programvare med åpen kildekode og tredjepart	184

Innledning

Gratulerer med kjøpet og velkommen til Philips! Registrer produktet på www.philips.com/welcome for å dra full nytte av støtten som Philips tilbyr.

Philips SmartSleep tilkoblede Sleep & Wake-Up Light hjelper deg å våkne opp på en mer behagelig måte. Lyset forbereder kroppen din varsomt på å våkne til det angitte tidspunktet og kan ledsages av naturlige vekkelyder eller FM-radio.

Den lysgudede pustefunksjonen, de personlige solinnstillingene, sporingen av soveromsmiljøet og flere andre funksjoner gjør det tilkoblede Sleep & Wake-Up Light til den perfekte partneren på soverommet ditt.

Tips: Flere funksjoner blir tilgjengelig med Philips SleepMapper-appen. Disse funksjonene forklares i appen.

Hvis du har oppdatert apparatet via tilkobling til Wi-Fi med appen, er informasjonen i dette dokumentet kanskje utdatert. Finn den nyeste brukerhåndboken på www.philips.com/support ved å søke etter typenummeret på apparatet.

Generell beskrivelse

De nummererte elementene i denne listen henviser til de nummererte elementene i oversiktsillustrasjonen.

- 1 Lampekabinett
- 2 Skjerm
- 3 Sensor for lydtrykk
- 4 USB-ladeport
- 5 Tilbakestillingsknapp
- 6 Radioantenne
- 7 AmbiTrack-sensor: Sensor for luftfuktighet og temperatur
- 8 Auxiliary-kontakt (AUX)
- 9 Adapter DC-kontakt
- 10 Høytaler
- 11 Slumre/midnattslys
- 12 Adapter
- 13 Liten kontakt

Tiltenkt bruk

Philips SmartSleep-tilkoblede Sleep & Wake-Up Light har til hensikt å gi deg er mer naturlig og forfriskende måte å våkne på, og en avslappet følelse før du sovner.

Dette er ikke et produkt for almennbelysning.

Effektene av Sleep & Wake-Up Light

Philips SmartSleep-tilkoblet Sleep & Wake-Up Light forbereder varsomt kroppen din på å våkne under de siste 30 minuttene av søvnen. I de tidlige morgentimene er øynene våre mer følsomme for lys enn når vi er våkne. I denne

perioden forbereder det relativt lave lysnivået fra en simulert naturlig soloppgang kroppen vår på å våkne og komme til bevissthet.

Personer som bruker apparatet våkner lettere, har generelt et bedre humør på morgenen og føler seg mer opplagte. Fordi lyssensitiviteten varierer fra person til person, kan du stille inn lysintensiteten på apparatet til et nivå som passer din lyssensitivitet for en optimal start på dagen.

For å få optimal effekt av et tilkoblet Sleep & Wake-Up Light, plasserer du innretningen på et flatt, stabilt underlag på nattbordet ca. 40 – 50 cm fra hodet ditt.

Du finner mer informasjon om tilkoblet Sleep & Wake-Up Light på www.philips.com.

Viktig sikkerhetsinformasjon

Les denne viktige informasjonen nøye før du bruker apparatet, og ta vare på den for senere referanse.

Fare



- Vann og strøm er en farlig kombinasjon. Ikke bruk dette apparatet i fuktige omgivelser (f.eks. på badet eller i nærheten av en dusj eller et svømmebasseng).
- Hold adapteren tørr.
- Dette apparatet får bare brukes innendørs.
- Ikke la vann trenge inn i apparatet eller søl vann på apparatet.
- Ikke senk apparatet ned i vann eller skyll det under springen.
- Ikke sett noe i nærheten av apparatet som kan føre til at det søles vann eller annen væske på apparatet.
- Adapteren inneholder en transformator, som konverterer en usikker vekselstrømsspenning på 100 V – 240 V til en sikker likestrømsspenning på 24 V. Ikke skjær av adapteren for å erstatte den med et annet støpsel. Da kan det oppstå en farlig situasjon.

Advarsel

- Bruk aldri apparatet hvis lampe kabinetet er skadet, ødelagt eller mangler.
- Hvis adapteren, ledningen eller apparatet har blitt skadet på hvilken som helst måte, væske har blitt sølt eller objekter har falt inn i / på apparatet, apparatet har blitt utsatt for regn eller fuktighet, ikke fungerer som normalt eller har blitt mistet eller skadet, bør det ikke brukes.
- Hvis du føler deg ukomfortabel mens du bruker RelaxBreathe i pusteøvelsen, gå du tilbake til å puste normalt.
- Apparatet skal bare brukes sammen med adapteren som følger med.
- Hvis adapteren er skadet, må du alltid sørge for å bytte den ut med en av original type for å unngå at det oppstår farlige situasjoner.
- Dette apparatet er ikke tiltenkt bruk av personer (inkludert barn) som har nedsatt sansevne eller fysisk eller psykisk funksjonsevne, eller personer som ikke har erfaring eller kunnskap, unntatt hvis de får tilsyn eller instruksjoner om bruk av apparatet av en person som er ansvarlig for sikkerheten.

- Snakk med legen din før du begynner å bruke apparatet hvis du har hatt eller lider av depresjon.
- Ikke bruk dette apparatet som en metode for å redusere antall søvntimer. Hensikten med dette apparatet er å hjelpe deg til å våkne lettere. Det reduserer ikke søvnbehovet ditt.

Forsiktig

- Før du kobler til apparatet, må du kontrollere at spenningen som er angitt på apparatet, stemmer overens med nettspenningen.
- Beskytt strømledningen fra å bli tråkket på eller komme i klem. Dette gjelder særlig i nærheten av stikkontakten og punktet der ledningen kommer ut fra lampen.
- Ikke bruk adapteren i eller nær vegguttak som inneholder elektriske luftfriskere, da dette kan føre til ugjenopprettelige skader på adapteren.
- Ikke mist apparatet i gulvet, slå det hardt eller utsett det for andre typer kraftige støt.
- Plasser alltid apparatet på en stabil, jevn og glisikker overflate.
- Ikke begrenns kjølingen av apparatet ved å tildekke det med f.eks. tepper, gardiner, klær, papir e.l.
- Apparatet får ikke brukes ved romtemperaturer under 5 °C eller over 35 °C.
- Apparatet har ingen på/av knapp. Hvis du vil koble fra apparatet, tar du adapteren ut av stikkontakten. Adapteren og stikkontakten må til enhver tid være lett tilgjengelig.
- Dette apparatet er bare beregnet på husholdningsbruk, inkludert lignende bruk på for eksempel hoteller.
- Ingen åpne flammekilder, slik som tente lys, bør plasseres på apparatet.
- LED-lampene i Wake-Up Light kan ikke byttes. Når lampene slutter å virke, må hele Wake-Up Light-apparatet skiftes ut.

Generelt

- Hvis du ofte våkner for tidlig eller med hodepine, kan du redusere det angitte lysintensitetsnivået og/eller den angitte tiden for soloppgangssimulering.
- Hvis du ofte våkner av alarmlyden, kan du øke det angitte lysintensitetsnivået eller den angitte tiden for soloppgangssimulering.
- Hvis du deler soverom med noen andre, kan det hende at denne personen våkner opp på grunn av lyset fra apparatet, selv om denne personen ligger lenger unna apparatet. Grunnen til dette fenomenet er at mennesker har ulik lyssensitivitet.
- Apparatets strømforbruk er lavest hvis ingen enhet er koblet til via USB-porten, og lampen, radioen, skjermen og Wi-Fi er slått av.

Sikkerhet og forskriftsoverholdelse




















Dette apparatet overholder sikkerhetskravene i EU for:

- IEC 60598: Armaturer.
- IEC 62471: Fotobiologisk sikkerhet for lamper og lampesystemer.
- IEC 62368: Audio-/videoutstyr, IT-utstyr og kommunikasjonsteknologiutstyr.

Elektromagnetiske felt (EMF)

Dette Philips-apparatet overholder alle aktuelle standarder og forskrifter for eksponering for elektromagnetiske felt.

Interaktive menyikoner

 Vekkeprofil/Alarm	 Lysintensitet og lys på/av	 Gå tilbake til et høyere nivå i menyen
 Innstillinger	 Lyder	 Bekreft og lagre innstilling
 Avslapningsprogrammer	 AUX-uttak	 Radio
 Aktiver Wi-Fi	 Deaktiver Wi-Fi	 Endre alarminnstillinger
 Skjerminnstillinger og -lysstyrke	 Velg naturlig lyd	 Avvis alarm
 Aktiver tidsavbrudd for skjerm	 Deaktiver tidsavbrudd for skjerm	 Deaktiver alarm
 Aktiver lydrespons	 Deaktiver lydrespons	 Veiledning om lyd og lys
 Solnedgangssimulering	 Varighet for vekkeprofilen	 Slett vekkeprofil
 Ukedager	 RelaxBreathe	 RelaxBreathe-rytme
 Velg ukedag	 Opphev valg av ukedag	 Varighet av et program
 Start leggetid	 Start program	 Stopp program

Koble apparatet ditt til Wi-Fi

Hvis du har oppdatert apparatet via tilkobling til Wi-Fi med appen, er informasjonen i dette dokumentet kanskje utdatert. Du finner den nyeste brukerhåndboken på www.philips.com/support. Philips forbeholder seg retten til å oppdatere maskinvaren til apparatet.

Enkel konfigurasjon av Wi-Fi







Last ned Philips SleepMapper-appen fra Google Play eller App Store på mobiltelefonen din. Se informasjonen i Google Play eller App Store for å kontrollere at mobiltelefonen din er kompatibel med appen. Du kan enkelt konfigurere Wi-Fi-tilkoblingen til ditt tilkoblede Sleep & Wake-Up Light.

Du trenger bare å fullføre konfigurasjonen for å installere Sleep & Wake-Up Light og koble det til hjemmenettverket ditt én gang. Konfigurasjonen vil ta omtrent 5–10 minutter.

Konfigurasjonsveilederen for tilkoblet Sleep & Wake-Up Light

- 1 Når du bruker det tilkoblede Sleep & Wake-Up Light for første gang, starter en konfigurasjonsveiviser på apparatet.
- 2 Når du har valgt ditt språk på skjermen på apparatet, fortsetter du i appen. Kontroller at appen er åpen på mobiltelefonen din.
- 3 Følg instruksjonene i appen for å koble apparatet ditt til Wi-Fi-nettverket. Hvis du har problemer med å koble til apparatet, kan du se i støttedelen i appen eller gjenstandene som er nevnt i feilsøkingsdelen i denne brukerhåndboken (se 'Feilsøking').

- Hvis du tidligere har valgt å konfigurere apparatet uten appen, men nå ønsker å koble apparatet til appen, trykker du på Wi-Fi-ikonet  i apparatets innstillingsmeny. Ikonet for tilkoblingspunktmodus  vises på skjermen. Åpne appen på mobiltelefonen for å koble til.
- Hvis du har byttet Wi-Fi-hjemmenettverk eller endret passordet ditt, må du også trykke på og holde inne Wi-Fi-ikonet  i apparatets innstillingsmeny i 8 sekunder. Ikonet for tilkoblingspunktmodus  vises på skjermen. Åpne appen på mobiltelefonen for å koble til.

Ikonet for tilkoblingsproblemer til Wi-Fi kan vises på skjermen hvis en tilkobling ikke kan oppnås. Se feilsøkingsseksjonen for å løse problemet.

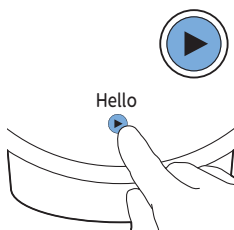
Merk: Appen på mobiltelefonen og ditt tilkoblede Sleep & Wake-Up Light kan BARE kommunisere med hverandre når begge apparatene er tilkoblet det samme Wi-Fi-nettverket. Hvis dette ikke er tilfelle, kan du ikke fjernstyre apparatet gjennom appen (f.eks. stille inn en alarm).

AmbiTrack-sensorer

Det tilkoblede Sleep & Wake-Up Light samler informasjon fra omgivelsene ved hjelp av AmbiTrack-sensorene. AmbiTrack-sensorene måler lys, luftfuktighet, temperatur og lydpress. Disse faktorene kan påvirke søvnen din. Bare i appen kan du se informasjon om anbefalte verdier for ideelle soveforhold. Målinger av sensorene kan påvirkes av omgivelsene til apparatet. Hvis du for eksempel plasserer apparatet ved siden av et vindu eller nær en varmekilde slik som en radiator, er det ikke sikkert at sensorene for temperatur og luftfuktighet representerer temperaturen/luftfuktigheten i hele rommet.

Konfigurering av apparatet uten app

Du kan konfigurere Sleep & Wake-Up Light uten appen. Før du kan bruke apparatet, må du fullføre en konfigurasjonsveiviser på apparatet. Du kan koble apparatet til appen senere.



Vi anbefaler på det sterkeste at du konfigurerer apparatet med SleepMapper-appen for å kunne nyte alle funksjonene som appen tilbyr.

- 1 Start konfigurasjonsveviseren ved å trykke på startikonet på skjermen på apparatet.
- 2 Du vil veiledes gjennom konfigurasjonsveviseren på apparatet der du angir ønskede innstillinger, en vekkeprofil og et avslapningsprogram.

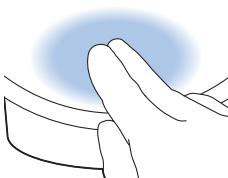
Merk: Vekkeprofilen og avslapningsprogrammet kan angis senere. Hopp over disse innstillingene ved å trykke på pilen flere ganger. Vi anbefaler likevel at du konfigurerer vekkeprofilen og avslapningsprogrammet i løpet av denne konfigurasjonen. Dette kan hjelpe deg med å utforske de ulike funksjonene til apparatet.

Navigere i menyen



Hvis du har konfigurert apparatet ved hjelp av SleepMapper-appen eller via konfigurasjonsveviseren (se 'Konfigurering av apparatet uten app') på apparatet, får du se en meny slik den beskrives i de følgende seksjonene.

På skjermen på apparatet kan du velge og angi vekkeprofil, nattbordlampe, innstillinger, lyd (kilde) eller avslapningsprogram.



Merk: Hvis skjermen er tom, flytter du hånden mot den nederste delen av apparatet for å vise skjermmenyen. Du vil se menyikonene.



Bekreft og lagre innstillinger

Alle fabrikkinnstillingene og profilene gjenopprettes og lagres permanent i minnet. Du kan endre dem når som helst. Trykk på avkrysningsmerket for å bekrefte og lagret ønsket profil eller innstillingsendring i enhver meny.

Merk: Dine personlige innstillinger og profiler lagres ikke hvis du fjerner adapteren ut av stikkontakten.

Å angi vekkeprofiler




I vekkeprofilen på apparatet kan du stille inn alarmtidspunktet, maksimal lysintensitet og hvilken type vekkelyd du foretrekker. Totalt kan du angi to forskjellige vekkeprofiler i apparatets meny. Du kan angi flere vekkeprofiler med SleepMapper-appen.

Merk: Apparatets hovedskjerm viser angitt alarmtid hvis en alarm er aktiv.

Merk: Trykk på og hold inne alarmikonet i hovedmenyen for å deaktivere alle angitte alarmer samtidig.



1 Du kan veksle mellom de to forskjellige vekkeprofilene på apparatet ved å bruke pilikonene < > .

2 For å deaktivere alarmer, må du trykke på ikonet for å deaktivere alarmeren  .

3 Trykk på ikonet for alarminnstillinger  for å legge inn alarmprofilens konfigurasjonsmeny.



Klokkeslett og dag for alarm



I denne menyen kan du endre tiden ved å trykke på pluss- eller minustegnet (+/-). Alarmeren gjentas automatisk hver dag.




Du kan velge hvilken ukedag alarmeren skal utløses på.

1 Trykk på kalenderikonet  .



2 Ukedagene er indikert med dagens forbokstav. Når en alarm er aktiv, vises bokstaven opplyst. Du kan veksle mellom ukedagene ved å bruke pilikonene.

3 Hvis du vil deaktivere alarmeren for en bestemt dag, trykker du på dette ikonet  . Når en bestemt dag er inaktiv, er bokstaven for denne dagen bare svakt synlig.



Lysintensitet for vekkeprofilen



Lampen i apparatet etterligner en soloppgang. På samme måte som ved soloppgang øker lampen lysstyrken gradvis. Under denne vekkekurven endres fargen på lampens lys fra myk rød til varm oransje til lys gul.



Trykk på ikonet  på skjermen for å velge ett av de 25 lysintensitetsnivåene.

Varighet for vekkeprofilen



Standardvarigheten på vekkekurven (lysstyrkeøkning til angitt maksimal lysintensitet) er 30 minutter. Varigheten kan endres etter ønske ved å trykke på ikonet på apparatet.

Lydtype



Trykk på dette ikonet for å åpne lydmenyen og velge ønsket lyd for vekkeprofilen.



- 1 Trykk på av/på-ikonet (🔊) for å velge ett av følgende tre lydalternativer: naturlige lyder, radio eller ingen lyd.
- 2 Trykk på ikonet for naturlige lyder (🎵) for å velge en av de naturlige lydene eller trykk på radio-ikonet (📻) for å velge en av de forhåndsinnstilte radiokanalene.
- 3 Du kan justere lydstyrken ved hjelp av høyttalerikonet (🔊).

Fjern en vekkeprofil



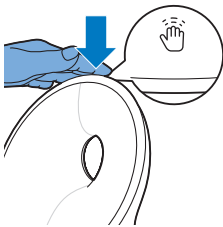
Trykk på dette ikonet (🗑️) for å endre alarmen. Trykk på (🗑️) for å fjerne en vekkeprofil.

Tid + sikkerhetskopiering av alarm

Dersom strømmen går, vil alle funksjonene til apparatet – inkludert skjermen – slutte å fungere. Den interne klokken og ekstraalarmen forblir imidlertid aktive i minst 8 timer.

Hvis strømbruddet skjer under tiden for den innstilte alarmen, aktiveres ekstraalarmen og avgir en pipende lyd i omtrent ett minutt.

Slumring



Når vekkekurven er fullført (når maksimal angitt lysstyrke har blitt nådd) og alarmlyden spilles av, kan du tappe på toppen av apparatet for å slumre.

Lampen forblir påslått, men lyden stopper. Slumretiden kan justeres i appen. Standard slumrevarighet er 9 minutter. Etter ni minutter begynner alarmlyden å spilles av igjen.

Merk: Både lyset og lyden slår seg automatisk av 60 minutter etter alarmen er blitt utløst, eller 60 minutter etter den siste slumrehandlingen.

Avvise alarmen



Når vekkekurven er aktiv eller alarmen utløses, kan du avvise den ved å trykke på dette ikonet på apparatet. Hvis du avviser den, deaktiveres denne alarmprofilen for den dagen.

Bruke apparatet som en nattbordlampe

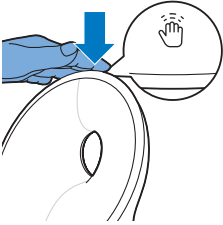


Du kan bruke det tilkoblede Sleep & Wake-Up Light som en nattbordlampe.

Trykk på nattbordlampeikonet  på skjermen for å slå på nattbordlampen.

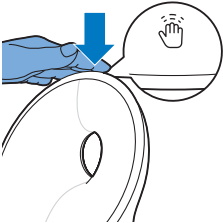
Merk: Du kan øke og redusere lysintensiteten. Du kan velge en lysstyrke mellom 1 (lav) og 25 (høy). Standardinnstillingen for lysstyrke er 20.

Hvis du vil slå av lyset, trykker du på kryss-ikonet i menyen.



Tips: Når lyset er på kan du også slå av lyset ved ett enkelt tapp på toppen av apparatet. Alle aktive programmer vil stoppe. Angitte alarmer er fortsatt aktive.

Midnattslys



Hvis du våkner på natten, kan du tappe på toppen av apparatet for å aktivere et dempet lys. Dette myke, dempede oransje lyset gir akkurat nok belysning til at du finner frem i mørket. Slå av midnattslyset ved å tappe på toppen av apparatet en gang til.

Merk: Midnattslyset kan ikke aktiveres direkte når hovedlyset allerede er på. I dette tilfellet må du først tappe på toppen av apparatet for å deaktivere hovedlyset. Tapp deretter en gang til for å aktivere midnattslyset.

Innstillinger



Trykk på innstillingsikonet for å åpne innstillingsmenyen.

Merk: Trykk på og hold inne innstillingsikonet i åtte sekunder for å åpne en ny meny. Her kan du velge VERSION (maskinvarevarianten av apparatet) eller DEMO-modus (akselerert vekkekurve).



I innstillingsmenyen kan du stille inn klokketiden, (når Wi-Fi er deaktivert), lydresponsten og skjermlysstyrken til apparatet samt aktivere/deaktivere Wi-Fi.

Tid



Trykk på dette ikonet for å åpne tidsmenyen.




I denne menyen kan du endre tiden ved å trykke på pluss- eller minustegnet (+/-).


Trykk tidsikonet for å veksle mellom 12- og 24-timers klokke.

Merk: Dette alternativet er ikke tilgjengelig når apparatet er koblet til Wi-Fi.

Wi-Fi



Slå Wi-Fi på eller av ved å trykke på Wi-Fi-ikonet. Når Wi-Fi er deaktivert , vil ikke oppdateringer som gjøres i appen implementeres før Wi-Fi er tilkoblet igjen.


Merk: Trykk på og hold inne Wi-Fi-ikonet  i cirka åtte sekunder for å gå tilbake til modus for tilkoblingspunkt. Åpne modus for tilkoblingspunkt når du vil koble apparatet til et annet Wi-Fi-nettverk eller hvis du har endret Wi-Fi-passordet.



Hvis du ved et uhell har aktivert modus for tilkoblingspunkt, trykker du på Wi-Fi-ikonet på Wi-Fi-menyen to ganger for å aktivere Wi-Fi på nytt. Ditt tilkoblede Sleep & Wake-Up Light husker nettverket som du var koblet til.

Lydsignaler



Hvis du ikke vil høre klykkelyden når du trykker på et ikon, trykker du på lydresponssikonet for å slå av lydresponsen. Du hører ett klikk som bekreftelse. Hvis du vil aktivere lydresponsen på nytt, trykker du på dette ikonet .

Skjerminnstillinger



Trykk på ikonet for skjerminnstillinger i innstillingsmenyen for å velge skjerminnstillingene du vil bruke.



I denne menyen kan du justere lysstyrkenivået på skjermen og velge tidsavbruddsalternativet for skjerm.

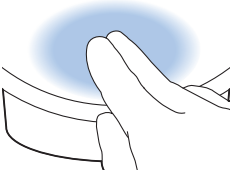
Visningslysstyrke

Du kan justere lysstyrken på skjermen fra nivå 1 til nivå 6 med pluss- og minusikon. Velg et kontrastnivå som er optimalt for deg å se på skjermen om natten. Apparatet justerer lysstyrken på skjermen automatisk når lyset på soverommet endres.

Tidsavbrudd for skjerm

Hvis du ikke vil at apparatet skal produsere noe lys, selv ikke fra inkludert tidsangivelse, kan du trykke på tidsavbruddsikonet for å slå av skjermen helt. Skjermen slår seg gradvis av noen sekunder etter din siste interaksjon med ikonene.





Hvis du ikke tar på skjermen på en liten stund fra hvilken som helst meny, vil skjermen vanligvis gå tilbake til kun klokke og statusindikasjon. Når tidsavbrudd for skjerm er aktivert, vises ikke klokken.

Trykk på ikonet for å deaktivere skjermtidsavbrudd for å slå på skjermen på nytt.

Tips: Hvis du vil se hvor mye klokken er, eller velge en funksjon når skjermtidsavbrudd er aktivert, holder du ganske enkelt hånden nær skjermen for å slå den på i noen sekunder.

Lytte til musikk



Trykk på lydikonene for å velge foretrukket lydkilde.

Tips: Trykk på og hold inne lydikonet for å aktivere/deaktivere lyden via menyen.



I lydmenyen kan du velge radio eller avspille egen musikk ved å koble en musikkavspillingsenhet til AUX-kontakten.

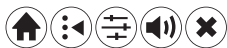
Tips: Når radio eller musikk er slått på, kan du slå av lyden ved å trykke én gang på toppen av apparatet. Alle aktive programmer vil stoppe. Angitte alarmer er fortsatt aktive.


Lytte til radio




Du kan lytte til FM-radio med Sleep & Wake-Up Light. Hvis du har valgt radiofunksjonen i lydmenyen, vises den valgte radiokanalen. Du kan endre radiostasjonen manuelt ved å velge FM-frekvensen til en annen radiostasjon.

Tips: Forsikre deg om at antennen er helt utfoldet, og beveg den rundt til du får den beste mottakelsen.



Du kan forhåndsinnstille fem radiostasjoner. Bruk ikonet for innstilling av FM-frekvens  for å velge en radiostasjon. Trykk på og hold inne den doble pilknappen for å automatisk søke etter den neste radiostasjonen.

Når du har angitt radiostasjon, kan du enkelt legge til en ny forhåndsinnstilt radiostasjon ved å velge veksleikonet . Ved hjelp av denne prosessen kan du forhåndsinnstille fem radiostasjoner.

Angi foretrukket lydstyrke ved hjelp av høyttalerikonet .

Musikk via Auxiliary (AUX)-kontakten



Du kan også bruke tilkoblet Sleep & Wake-Up Light som en høyttaler for musikk ved å koble til en musikkavspillingsenhet (for eksempel mobiltelefon) til AUX-kontakten.

Hvis lyden ikke er høy nok når du har angitt volumet på apparatet til maksimalt volum, kan du øke volumet på musikkavspillingsenheten.

Hvis lyden er for høy eller forvrengt når du har angitt volumet på apparatet til lav lydstyrke, kan du justere ned lydstyrken på musikkavspillingsenheten.

Merk: Du trenger en AUX-kabel for å koble det tilkoblede Sleep & Wake-Up Light til en musikkavspillingsenhet.

Merk: Du kan ikke våkne til musikk fra en enhet som er tilkoblet via AUX-kontakten.

Avslapningsprogrammer



Trykk på og hold inne ikonet for å velge ønsket avslapningsprogram.



Apparatet har to avslapningsprogrammer som hjelper deg til å slappe av før du sovner: solnedgangssimulering og RelaxBreathe.

Du kan deaktivere det aktive avslapningsprogrammet ved å tappe på toppen av apparatet.

Du kan også aktivere eller deaktivere nattfunksjonen i denne menyen.

Solnedgangssimulering




Under solnedgangssimuleringen reduseres lysstyrken gradvis med farger som endres fra lys gul til varm oransje til myk rød.



Trykk på ikonet for solnedgangssimulering for å legge inn solnedgangssimulerings konfigurasjonsmeny.



Trykk på spill av for å starte solnedgangssimuleringen. Trykk på stopp  eller berør toppen av apparatet for å stoppe programmet.



Bruk dette ikonet for å angi hvor lenge solnedgangssimuleringen skal vare. Du kan velge en varighet på 5, 10, 15, 20, 30 eller 45 minutter.




Du kan endre varigheten av solnedgangssimuleringen med lysikonet.




Trykk på lydikonet for å angi en lyd som dempes gradvis under solnedgangssimuleringen.



Trykk på veksleikonet  for å velge ett av følgende tre lydalternativer: naturlige lyder, radio eller ingen lyd. Du kan også avspille egen musikk ved å koble en musikkavspillingsenhet til AUX-kontakten.

Trykk på ikonet for naturlige ikoner  for å velge en av de naturlige lydene.

Du kan justere startvolumet ved hjelp av høyttalerikonet .


RelaxBreathe



RelaxBreathe bruker magepusteteknikker som et grunnlag for pusteprogrammet. Du kan velge ett av pusteprogrammene som styres av lys eller lyd. Kombinasjonen av magepusteøvelsen og veiledningen i det tilkoblede Sleep & Wake-Up Light hjelper deg til å roe deg ned og føle deg avslappet.

Trykk på ikonet for RelaxBreathe for å legge inn RelaxBreathe konfigurasjonsmeny.



Trykk på spill av for å starte RelaxBreathe-økten. Trykk på stopp  eller berør toppen av apparatet for å stoppe RelaxBreathe.



Trykk på dette ikonet for å angi hvor lenge avslapningsprogrammet skal vare. Du kan velge en varighet på 5, 10 eller 15 minutter.



Du kan velge én av sju avslapningsprogrammer med forhåndsinnstilte pusterytmer. Hvert avslapningsprogram har ulike pusterytme. Programmet "4 breaths" er forhåndsinnstilt til fire pust per minutt. Programmet "5 breaths" er forhåndsinnstilt til fem pust per minutt. Hvert neste program har ett tilleggsust per minutt. Det siste programmet (10 breaths) er forhåndsinnstilt til ti pust per minutt.



Du kan velge lys eller lyd til å veilede deg under det valgte avslapningsprogrammet. Følg lyset eller lyden når du puster inn og ut.

- Under veiledning med lys puster du inn når lysintensiteten øker. Hold pusten mellom de to svake lysblinkene. Pust sakte ut når lysintensiteten minsker.
- Under veiledning med lyd puster du inn når bølgegylden øker i volum. Når lydintensiteten pauser, holder du pusten. Pust sakte ut når intensiteten av bølgegylden minsker.

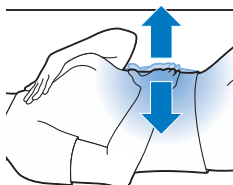
Følg din foretrukne rytme ved hjelp av lys eller lyd for en mer avslappet følelse. Du kan også gjøre dette med øynene lukket.

Merk: Du finner en instruksjonsvideo for RelaxBreathe i appen og på hjemmesiden til Phillips.

Magepusting for avslapning

Pusting med magen er den mest erkjente teknikken for pusteøvelser for å hjelpe mennesker til å slappe av. Når du puster fra magen, blir mellomgulvet ditt automatisk dratt ned. Dette drar ned lungene dine og lar deg trekke inn luft helt og dypt.

Forsiktig: Hvis du føler deg ukomfortabel under denne pusteøvelsen, gå du tilbake til å puste normalt.



Slik puster du med magen

- 1 Finn en behagelig liggestilling på ryggen.
- 2 Pust inn gjennom nesen og ut gjennom nesen eller munnen.
- 3 Plasser én hånd på magen og den andre hånden på brystet.
Du skal kunne se at hånden på magen kommer opp ved hvert innpust og går ned ved hvert utpust. Hånden på brystet skal bare flytte seg litt.
- 4 Pusten skal kun komme fra magen din. Prøv å gjør utpustene dine lengre enn innpustene, da dette raskt kan få deg til å bli mer avslappet.

Merk: RelaxBreathe-funksjonen til apparatet kan veilede deg under pusting med magen.

Leggetidsfunksjon



Du kan spore tiden du oppholder deg i sengen ved å trykke på toppen av apparatet i cirka 2 sekunder før du sovner for å aktivere leggetidsfunksjonen. Eller aktivere leggetid i avslapningsmenyen. Du kan også begynne leggetidsfunksjonen ved å trykke "Start sporing" i SleepMapper-appen.



Et måneikon vises på skjermen på apparatet for å informere om at leggetidssporingen har startet. Du finner mer informasjon om leggetidsfunksjonen i appen.

Lade mobiltelefonen

Du kan bruke USB- porten (se 'Generell beskrivelse') til å lade mobiltelefonen.

Rengjøring og oppbevaring

- Rengjør apparatet med en myk og tørr klut.
- Ikke bruk slipemidler, våtservietter eller løsemidler som alkohol, aceton e.l. til rengjøring da dette kan skade apparatets overflate.
- Hvis du ikke skal bruke apparatet på en lang stund, tar du adapteren ut av stikkontakten. Oppbevar apparatet på et trygt og tørt sted der det ikke blir klemt, dunket til, slått eller utsatt for skade.
- Ikke snurr ledningen rundt apparatet under lagring.

Resirkulering



- Dette symbolet betyr at dette produktet ikke må avhendes i vanlig husholdningsavfall (2012/19/EU).
- Pass på å overholde nasjonale regler og forskrifter for avhending av elektriske og elektroniske produkter. Riktig avfallshåndtering bidrar til å forhindre negative konsekvenser for helse og miljø.

Garanti og støtte

Besøk www.philips.com/support eller kontakt din Philips-forhandler for mer informasjon eller hjelp. Du kan også kontakte Philips' forbrukerstøtte i landet der du bor (se den internasjonale garantibrosjyren for kontaktinformasjon).

Feilsøking

Dette kapitlet oppsummerer de vanligste problemene som kan oppstå med apparatet. Hvis du ikke kan løse problemet ved hjelp av informasjonen nedenfor, kan du gå til www.philips.com/support for å se en liste over vanlige spørsmål, eller du kan kontakte forbrukerstøtten i landet der du bor.

Hvis du har oppdatert apparatet via tilkobling til Wi-Fi med appen, er informasjonen i dette dokumentet kanskje utdatert. Du finner den nyeste brukerhåndboken på www.philips.com/support. Philips forbeholder seg retten til å oppdatere maskinvaren til apparatet.

Feilsøking for tilkobling

Problem	Løsning
Jeg får ikke lastet ned appen på mobiltelefonen min.	Appen er tilgjengelig for mobiltelefoner med Android og iOS. Appen er ikke tilgjengelig for Windows-telefoner.

Problem	Løsning
Jeg får ikke koblet Wake-Up Light til Wi-Fi-hjemmenettverket mitt, hva skal jeg gjøre?	<p>Hvis du ikke får koblet Wake-Up Light til Wi-Fi-hjemmenettverket ditt og fortsatt ser det blinkende ikonet for tilkoblingspunktmodus (P), kan det være ett av følgende problemer:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Feil passord. Kontroller at du skriver inn riktig Wi-Fi-passord, og prøv igjen. 2. Er ruterer din egnet for tilkobling til ditt Wake-up Light? Ruterer må ha 2,4 GHz-bånd for å kommunisere med Wake-Up Light. Når du konfigurerer for første gang må du kontrollere at både mobiltelefonen og apparatet er koblet til det samme 2,4 GHz Wi-Fi-nettverket, ellers vil du ikke kunne koble sammen apparatet og mobiltelefonen din. Apparatet kan ikke kobles til et 5 GHz-nettverk. Slå av 5 GHz-nettverket midlertidig for å koble apparatet til et 2,4 GHz-nettverk. Etterpå kan du slå på 5 GHz-nettverket igjen. 3. Kontroller signalstyrken til Wi-Fi. Hvis signalet er svakt, kan ikke apparatet koble seg ordentlig til. Flytt apparatet nærmere ruterer for å forsikre deg om at et sterkt Wi-Fi-signal er tilgjengelig. <hr/> <p>Hvis de forrige trinnene ikke løser problemet, kan du gjøre følgende:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gå tilbake til standardinnstillinger ved å bruke enden av en binders til å trykke på tilbakestillingsknappen på baksiden av apparatet (se 'Generell beskrivelse'). Tilbakestillingen fjerner alle personlige innstillinger. 2. Hvis de forrige trinnene ikke er problemet, bør du ta kontakt med Philips' forbrukerstøtte der du bor.
Jeg får ikke koblet til mitt tilkoblede Sleep & Wake-Up Light til et Wi-Fi-gjestenettverk.	<p>Bruk av apparatet i et gjestenettverk støttes ikke. Installer apparatet via et vanlig Wi-Fi-nettverk.</p>
Hvordan fjerner jeg de personlige Wi-Fi-innstillingene og alarmene mine fra det tilkoblede Sleep & Wake-Up Light?	<p>Gå tilbake til standardinnstillinger ved å bruke enden av en binders til å trykke på tilbakestillingsknappen på baksiden av apparatet (se 'Generell beskrivelse').</p>
Jeg vil koble den nye smarttelefonen min til mitt tilkoblede Sleep & Wake-Up Light. Hva trenger jeg å gjøre?	<p>Hvis mobiltelefonen fremdeles er tilkoblet Sleep & Wake-Up Light, må du først fjerne tilkoblingen i appen i fanen «mer» ved å velge «Glem enhet».</p> <p>Installer appen på nytt på din nye mobiltelefon. I appen angir du at du allerede har installert det tilkoblede Sleep & Wake-Up Light og følger instruksjonene i appen.</p>

Problem	Løsning
Jeg kan ikke bruke appen til å angi alarmer eller kontrollere det tilkoblede Sleep & Wake-Up Light.	<p>Først kontrollerer du om ditt Sleep & Wake-Up Light er koblet til et Wi-Fi-nettverk. Hvis du har fullført Wi-Fi-konfigurasjonen gjennom Philips SleepMapper-appen og har koblet apparatet til et bestemt Wi-Fi-nettverk, skal du se et lysende Wi-Fi-symbol på apparatets hovedskjerm, i øvre høyre hjørne .</p> <p>Kontroller først om Wi-Fi på mobiltelefonen og ruterer er aktivert. Hvis du ser ikonet for at Wi-Fi er deaktivert  på apparatets skjerm, må du først aktivere Wi-Fi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mobiltelefonen kan ha koblet til på nytt til et annet Wi-Fi-nettverk. Sørg for at mobiltelefonen og apparatet er koblet til det samme Wi-Fi-hjemmenettverket. <p>Hvis du ser ikonet for tilkoblingsproblem for Wi-Fi , kan det være ett av følgende problemer.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontroller innstillingene for Wi-Fi-hjemmenettverket ditt på ruterer. Det kan være at universal Plug and Play (uPnP) ikke er aktivert på ruterer din. Aktiver denne innstillingen på ruterer. 2. Kontroller signalstyrken til Wi-Fi. Hvis signalet er svakt, kan ikke apparatet koble seg ordentlig til. Flytt apparatet nærmere ruterer for å forsikre deg om at et sterkt Wi-Fi-signal er tilgjengelig. 3. Du kan ha endret passordet for Wi-Fi-nettverket eller installert en ny ruter. <p>Hvis de forrige trinnene ikke løser problemet, kan du gjøre følgende:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gå tilbake til standardinnstillinger ved å bruke enden av en binders til å trykke på tilbakestillingsknappen på baksiden av apparatet (se 'Generell beskrivelse'). Tilbakestillingen fjerner alle personlige innstillinger. 2. Hvis de forrige trinnene ikke er problemet, bør du ta kontakt med Philips' forbrukerstøtte der du bor.
Jeg har en ny ruter/Wi-Fi-passord/Wi-Fi-nettverk, og jeg ønsker å koble mitt tilkoblede Sleep & Wake-Up Light til det. Hva trenger jeg å gjøre?	<p>Følg disse trinnene for å opprette en tilkobling på nytt:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gå til fanen "Mer" i SleepMapper-appen, klikk på "Vis enhetsdetaljer" og velg "Glem enhet". 2. I innstillingsmenyen til Sleep & Wake-Up Light trykker du på og holder inne Wi-Fi-ikonet i 8 sekunder. Du vil se ikonet for tilkoblingspunktmodus  i displayet. 3. Åpne appen på nytt, gå til fanen "Mer" for å legge til valgt "Legg til en ny enhet". Følg instruksjonene i appen.

Generell feilsøking


Problem	Løsning
Ikonet på skjermen eller lyset på apparatet reagerer ikke når jeg prøver å stille inn forskjellige funksjoner.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Koble apparatet fra strømkilden ved å ta adapteren ut av stikkontakten. Vent i 10 sekunder og koble til apparatet på nytt. Start det igjen. 2. Gå tilbake til standardinnstillinger ved å trykke enden av en binders på tilbakestillingsknappen på baksiden av apparatet (se 'Generell beskrivelse'). Merk deg at alle personlige innstillinger (angitte alarmer o.l.) fjernes ved å gå tilbake til standardinnstillinger. <p>Hvis apparatet fortsatt ikke virker, tar du kontakt med Philips' kundesenter i bostedslandet ditt.</p>

Problem	Løsning
Lampen slås ikke på når alarmen går.	<p>Du kan ha angitt en lysintensitetsnivå som er for lavt. Øk nivået for lysintensitet i vekke profilen din.</p> <p>Du kan ha slått av alarmfunksjonen. Alarmikonet vises på skjermen når alarmen er aktiv.</p>
Lampen lyser ikke umiddelbart når jeg slår den på.	Det kan ta mellom ett og fem sekunder for lampen å slå seg på, avhengig av angitt lysintensitetsnivå.
Jeg hører ingen alarmlyd når alarmen går.	<p>Du kan ha angitt en lydnivå som er for lavt. Hvis du vil angi et høyere lydnivå, øker du volumet for vekkelyden i vekke profilen din.</p> <p>Når du har angitt en alarm, vil du først se lyset fra vekkekurven. Alarmlyden begynner å spille først når det angitte alarmtidspunktet er nådd. Du kan endre varigheten av vekkelysets kurve.</p> <p>Hvis du valgte FM-radio som alarmlyd, slår du på FM-radioen etter at du slår av alarmen for å kontrollere om FM-radioen virker.</p> <p>Kontroller at FM-radioen er riktig innstilt på en radiostasjon. Juster frekvensen etter behov. Hvis radioen fortsatt ikke virker, tar du kontakt med Philips' kundesenter i bostedslandet ditt.</p>
FM-radioen virker ikke eller avgir en sprakelyd.	<p>Kontroller at FM-radioen er riktig innstilt på en radiostasjon. Juster frekvensen etter behov.</p> <p>Endre antennens posisjon ved å flytte rundt på den. Kontroller at antennen er helt utfoldet.</p> <p>Sendingssignalet kan være svakt. Juster frekvensen og/eller endre antennens posisjon ved å flytte rundt på den. Kontroller at antennen er helt utfoldet.</p>
Alarmen gikk av i går. Hvorfor gikk den ikke av i dag?	<p>Kanskje du slo av alarmfunksjonen eller bare anga alarm for en spesifikk dag. Alarmikonet vises på skjermen når alarmen skal ringe innen 24 timer.</p> <p>I Philips SleepMapper-appen har du flere alternativer for å angi alarmer; kanskje alarmen ikke ble angitt på riktig måte. Kontroller at du har angitt alarmen i appen riktig. Sørg for at apparatet og appen er koblet til det samme Wi-Fi-hjemmenettverket når du angir alarmen.</p>
Jeg ville slumre, men alarmen gikk ikke av på nytt etter ni minutter.	Du kan ha trykket på dette ikonet ved et uhell  på skjermen for å avvise alarmen. Dette deaktiverer alarmen for den dagen. Trykk øverst på apparatet for å slumre.
Lyset vekker meg for tidlig eller for sent.	Det kan hende at lysintensitetsnivået du har angitt ikke passer for deg. Prøv et lavere lysintensitetsnivå hvis du våkner for tidlig, eller et høyere lysintensitetsnivå hvis du våkner for sent. Du kan også endre varigheten av vekkelysets kurve. Hvis lysintensitet 1 ikke er lavt nok, flytter du apparatet lenger vekk fra sengen. Hvis lysintensiteten ikke er høy nok til å vekke deg, bør du sørge for at lyset fra apparatet ikke blokkeres av objekter og at apparatet står nært.
Jeg klarer ikke å slå midnattslysfunksjonen på/av.	Kontroller at du tapper på det korrekte stedet (øverst/bak) på apparatet.

Problem	Løsning
Jeg kan ikke strømme musikk via USB.	USB-tilkoblingen er kun for lading av mobiltelefonen din. Du kan ikke strømme musikk til det tilkoblede Sleep & Wake-Up Light.
AUX-kontakten fungerer ikke ordentlig.	Forsøk å stille volumet på mobiltelefonen din høyere eller lavere. Hvis det er nødvendig, justerer du også volumnivået på apparatet.
Apparatet lager plutselig en pipelyd.	Reservealarmen har blitt aktivert. Dette kan skje i opptil 8 timer etter at strømkilden har blitt fjernet, og et angitt alarmtidspunkt er nådd. Alarmlyden stopper automatisk etter omtrent ett minutt. Du kan også stoppe alarmlyden umiddelbart hvis du slår på apparatet i et kort øyeblikk. Hvis du vil forhindre at reservealarmen aktiveres når strømkilden er fjernet (ved f.eks. lagring), deaktiverer du alarmen før du slår av.


Spesifikasjoner

Adapter

Produsent	PHILIPS
Typenummer	HF20
Nominell inngangsspenning	100 – 240 V AC
Standard inngangsfrekvens	50 / 60 Hz
Nominell utgangsspenning	24,0 V DC
Nominell utgangsstrøm	0,75 A
Standard utgangseffekt	18,0 W
Tomgangsstrøm	< 0,1 W
Energiklasse	VI
Sikkerhetsklassifisering	Klasse II strømforsyning 
Mål (høyde x bredde x dybde)	35 x 78 x 66 mm
Vekt	Ca. 0,12 kg
Ledningslengde	Ca. 150 cm

Hovedenhet

Produsent	PHILIPS
Typenummer	HF3670, HF3671, HF3672
Nominell inngangsspenning	24 V DC

Nominell inngangsstrøm	0,75 A	
Nominell inngangsstrøm	18 W	
Standbyeffekt for apparat (hovedenhet + adapter)	< 2 W (Wi-Fi på og skjerm på maksimal lysstyrke) < 1 W (Wi-Fi av og skjerm på maksimal lysstyrke) < 0,5 W (Wi-Fi av og skjerm av)	
Vilkår: natt (12 t / 0 lux), dag (12 t / 500 lux), alle funksjoner deaktivert		
Sikkerhetsklassifisering	Armaturlasse III	
Mål (høyde x bredde x dybde)	Ca. 225 x 220 x 120 mm	
Vekt	Ca. 0,78 kg	
Porter		
USB-lading	5 V DC, 1 A	
AUX-følsomhet	280 mV	
Lys		
Lyseffekt (nivå 1 – 25)	Ca. 1 lux – 350* lux ved 45 cm *modellavhengig	
Lysfarge (nivå 1 – 25)	Ca. 1500 K – 2800 K	
FM		
FM-radiofrekvensbånd	87,5 MHz – 108,0 MHz	
Wi-Fi		
Driftsfrekvens (kanal 1 – 13)	2412 MHz – 2472 MHz	
Modulasjonstype	IEEE 802.11b, 802.11g, 802.11n	
RF utgangseffekt	Maks. 20 dBm	
AmbiTrack-sensorer		
Lyssensor	0 lux til 2500 lux	
Temperatursensor	0 °C til 50 °C	
Luftfuktighetssensor	0 % til 100 % (relativ fuktighet)	
Sensor for lydtrykk	30 dBA til 70 dBA	
Driftsforhold		
Temperatur	5 °C til 35 °C	
Relativ luftfuktighet	20 % til 90 % (ingen kondensering)	
Atmosfæretrykk	86 kPa til 106 kPa	

Oppbevaringsforhold

Temperatur	-20 °C til 50 °C
Relativ luftfuktighet	20 % til 90 % (ingen kondensering)
Atmosfæretrykk	86 kPa til 106 kPa

Programvare med åpen kildekode og tredjepart

En kopi av programvaren med åpen kilde og tredjeparts kommersiell programvarelisens finner du på nettsiden www.philips.com/support
Søk etter enhetsnummer HF3670 / HF3671 / HF3672 / HF3650 / HF3651 / HF3652 / HF3653 / HF3654 på den tekniske dokumentasjonssiden til produktet.

Conteúdo

Introdução	186
Descrição geral	186
Utilização prevista	186
Os efeitos do Sleep & Wake-Up Light	186
Informações de segurança importantes	187
Segurança e conformidade	189
Campos electromagnéticos (CEM)	189
Ícones de menu interativos	189
Ligar o seu aparelho ao Wi-Fi	190
Navegar no menu	191
Definir os perfis de despertar	192
Hora + respaldo de alarma	193
Snoozer	194
Ignorar o alarme	194
Utilizar o aparelho como candeeiro de mesa de cabeceira	194
Luz noturna	195
Definições	195
Ouvir música	196
Programas para descontraír	197
Simulação do anoitecer	198
RelaxBreathe	198
Função da hora de dormir	200
Carregar o telemóvel	200
Limpeza e arrumação	200
Reciclagem	200
Garantia e assistência	200
Resolução de problemas	200
Especificações	204
Software open source e de terceiros	206

Introdução

Parabéns pela sua compra e seja bem-vindo à Philips! Para beneficiar na totalidade da assistência que a Philips oferece, registre o seu produto em www.philips.com/welcome.

O Sleep & Wake-Up Light da Philips SmartSleep interativo ajuda-o a acordar de forma mais agradável. A luz ajuda o seu corpo a acordar com suavidade na hora definida e pode ser acompanhada por sons naturais para despertar ou por rádio FM.

A função de respiração guiada por luz, os pores de sol personalizados, a monitorização do ambiente do quarto e várias outras funcionalidades fazem deste Sleep & Wake-Up Light interativo o companheiro de quarto perfeito.

Sugestão: A utilização da aplicação Philips SleepMapper ativa funcionalidades extra. Estas funcionalidades são explicadas na aplicação.

Se o aparelho for atualizado mediante a ligação ao Wi-Fi através da aplicação, as informações neste documento podem não estar atualizadas. Encontre o manual de utilizador mais recente em www.philips.com/support ao pesquisar o número do tipo do seu aparelho.

Descrição geral

Os itens numerados nesta lista referem-se aos itens numerados na ilustração geral.

- 1 Compartmento da lâmpada
- 2 Visor
- 3 Sensor de pressão sonora
- 4 Porta de carregamento USB
- 5 Botão de reinício
- 6 Antena de rádio
- 7 Sensor AmbiTrack: Sensor de humidade e temperatura
- 8 Tomada auxiliar (AUX)
- 9 Tomada de adaptador de CC
- 10 Altifalante
- 11 Snooze/luz noturna
- 12 Adaptador
- 13 Ficha pequena

Utilização prevista

O Sleep & Wake-Up Light da Philips SmartSleep interativo destina-se a proporcionar um despertar mais natural e revigorado, e uma sensação de relaxamento antes de adormecer.

Este não é um produto para iluminação geral.

Os efeitos do Sleep & Wake-Up Light

O Sleep & Wake-Up Light da Philips SmartSleep interativo prepara gradualmente o seu corpo para despertar durante os últimos 30 minutos de

sono. Ao início da manhã, os nossos olhos estão mais sensíveis à luz do que quando estamos acordados. Durante esse período, a luz de baixa intensidade de um amanhecer simulado prepara o nosso corpo para despertar e para ficar alerta.

As pessoas que utilizam o aparelho acordam com mais facilidade, estão geralmente mais bem dispostas durante a manhã e sentem-se mais enérgicas. Como a sensibilidade à luz varia de pessoa para pessoa, pode definir a intensidade da luz do aparelho para um nível adequado à sua sensibilidade, para começar o dia da melhor forma.

Para desfrutar em pleno dos efeitos do Sleep & Wake-Up Light interativo, coloque o aparelho a cerca de 40 – 50 cm da cabeça, numa superfície estável e plana da mesa de cabeceira.

Para saber mais sobre o Sleep & Wake-Up Light interativo, visite

www.philips.com.

Informações de segurança importantes

Leia cuidadosamente estas informações importantes antes de utilizar o aparelho e guarde-o para uma eventual consulta futura.

Perigo



- A água e a eletricidade formam uma combinação perigosa. Não utilize este aparelho em ambientes húmidos (por exemplo, na casa de banho ou próximo de um chuveiro ou de uma piscina).
- Mantenha o adaptador seco.
- Este aparelho é exclusivamente para utilização em interiores.
- Não deixe entrar água no aparelho, nem derrame água sobre o mesmo.
- Não mergulhe o aparelho em água nem o enxague à torneira.
- Não coloque nada próximo do aparelho de forma a que água ou outro líquido pingue sobre o aparelho ou o salpique.
- O adaptador contém um transformador que converte uma voltagem elétrica potencialmente perigosa de 100 V – 240 V CA numa voltagem baixa segura de 24 V CC. Não corte o adaptador para o substituir por outra ficha, pois isto representa uma situação de perigo.

Aviso

- Nunca utilize o aparelho se a estrutura da lâmpada estiver danificada, partida ou em falta.
- Não utilize o aparelho se o adaptador, o cabo ou o próprio aparelho sofrerem danos de alguma forma, se for derramado líquido ou caírem objetos no interior do aparelho e/ou sobre o mesmo, se o aparelho for exposto à chuva ou à humidade, se funcionar de forma anómala ou tiver caído.
- Caso se sinta desconfortável em qualquer momento da utilização do RelaxBreathe no exercício de respiração, basta voltar a respirar normalmente.
- Utilize este aparelho apenas em combinação com o transformador fornecido.

- Se o adaptador se danificar, só deverá ser substituído por uma peça de origem a fim de evitar situações de perigo.
- Este aparelho não se destina a ser utilizado por pessoas (incluindo crianças) com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas, ou com falta de experiência e conhecimentos, salvo se tiverem recebido supervisão ou instruções sobre o uso do aparelho por alguém responsável pela sua segurança.
- Consulte o seu médico antes de começar a utilizar o aparelho se sofreu ou sofre de depressão.
- Não utilize este aparelho como forma de reduzir as suas horas de sono. O objetivo do aparelho é ajudá-lo a acordar com mais facilidade. Não diminui a sua necessidade de sono.

Cuidado

- Verifique se a voltagem indicada no aparelho corresponde à voltagem local antes de o ligar.
- Evite que o cabo de alimentação seja pisado ou comprimido de algum modo, sobretudo junto das fichas, nas tomadas elétricas e nos pontos de saída da lâmpada.
- Não utilize o adaptador em/perto de tomadas que tenham um ambientador elétrico, para evitar danos irreparáveis ao adaptador.
- Não deixe o aparelho cair ao chão, não bata nele, nem o exponha a outros choques intensos.
- Coloque o aparelho numa superfície estável, plana e não escorregadia.
- Não prejudique o arrefecimento do aparelho ao cobri-lo com objetos como cobertores, cortinas, roupas, documentos, etc.
- Não utilize o aparelho em temperaturas ambiente inferiores a 5 °C ou superiores a 35 °C.
- O aparelho não possui botão de ligar/desligar. Para desligar o aparelho, retire o adaptador da tomada elétrica. O adaptador e a tomada devem estar sempre facilmente acessíveis.
- Este aparelho destina-se apenas a utilização doméstica, incluindo, por exemplo, utilização semelhante em hotéis.
- Não devem colocar-se no aparelho fontes de chama livre, como velas acesas.
- Os LEDs dentro desta Wake-Up Light não são substituíveis. Quando atingirem o fim de vida útil, toda a Wake-Up Light deve ser substituída.

Geral

- Se acorda frequentemente demasiado cedo ou com dor de cabeça, reduza o nível de intensidade da luz e/ou o tempo de simulação do amanhecer definidos.
- Se acorda frequentemente com o som do alarme, aumente o nível de intensidade da luz ou o tempo de simulação do amanhecer definidos.
- Se partilhar um quarto com outra pessoa, essa pessoa poderá acordar inadvertidamente com a luz do aparelho, mesmo que esteja mais longe do mesmo. Este fenómeno resulta de diferenças na sensibilidade à luz entre as pessoas.

- O consumo de energia do aparelho é mais baixo se não houver dispositivos ligados à porta USB e se a lâmpada, o rádio, o visor e o Wi-Fi estiverem desligados.

Segurança e conformidade































Este aparelho cumpre os requisitos de segurança da UE relativamente a:

- IEC 60598: luminárias.
- IEC 62471: segurança fotobiológica de lâmpadas e de sistemas de lâmpadas.
- IEC 62368: equipamento tecnológico de comunicação e informação, áudio/vídeo.

Campos electromagnéticos (CEM)

Este aparelho Philips cumpre todas as normas e regulamentos aplicáveis relativos à exposição a campos eletromagnéticos.

Ícones de menu interativos

 Perfil de despertar/Alarme	 Intensidade da luz e ligar/desligar a luz	 Regressar a um nível superior no menu
 Definições	 Sons	 Confirmar e guardar a definição
 Programas para descontraír	 Entrada AUX	 Rádio
 Ativar Wi-Fi	 Desativar Wi-Fi	 Alterar as definições de alarme
 Definições do visor e brilho do visor	 Seleccione um som natural	 Ignorar alarme
 Ativar o tempo limite do visor	 Desativar o tempo limite do visor	 Desativar alarme
 Ativar a informação áudio	 Desativar a informação áudio	 Orientação de luz ou som
 Simulação do anoitecer	 Duração do perfil de despertar	 Apagar o perfil de despertar
 Dias da semana	 RelaxBreathe	 Ritmo RelaxBreathe
 Selecionar o dia da semana	 Deseleccionar o dia da semana	 Duração de um programa



Iniciar a hora de dormir



Iniciar programa



Parar programa

Ligar o seu aparelho ao Wi-Fi

Se o aparelho for atualizado mediante a ligação ao Wi-Fi através da aplicação, as informações neste documento podem não estar atualizadas. Encontre o manual do utilizador mais recente em www.philips.com/support. A Philips reserva-se o direito de atualizar o firmware do aparelho.





Configuração fácil do Wi-Fi



Transfira a aplicação Philips SleepMapper da Google Play ou da App Store para o seu telemóvel. Consulte as informações na Google Play ou na App Store para verificar se o seu telemóvel é compatível com a aplicação. Pode configurar facilmente a ligação Wi-Fi ao seu Sleep & Wake-Up Light interativo.

A configuração para instalar o seu Sleep & Wake-Up Light e estabelecer ligação à sua rede Wi-Fi doméstica só precisa de ser feita uma vez. Esta configuração levará aproximadamente 5-10 minutos.

Assistente de configuração do Sleep & Wake-Up Light interativo

- 1 Quando utilizar pela primeira vez o Sleep & Wake-Up Light interativo, é iniciado um assistente de configuração no aparelho.
 - 2 Depois de selecionar o seu idioma no ecrã do aparelho, continue na aplicação. Certifique-se de que tem a aplicação aberta no seu telemóvel.
 - 3 Siga as instruções na aplicação para ligar o seu aparelho à rede Wi-Fi. Se tiver problemas em ligar o seu aparelho, verifique a secção de assistência na aplicação ou os itens mencionados na secção de resolução de problemas neste manual do utilizador (consultar «Resolução de problemas»).
- Caso tenha anteriormente optado por configurar o seu aparelho sem a aplicação, mas agora pretender ligar o seu aparelho à aplicação, mantenha premido o ícone de Wi-Fi  no menu de definições do seu aparelho. O ícone do modo de ponto de acesso  será apresentado no visor. Abra a aplicação no seu telemóvel para estabelecer ligação.
 - Caso tenha alterado a sua rede Wi-Fi doméstica ou a palavra-passe, deve também manter premido o ícone de Wi-Fi  no menu de definições durante 8 segundos. O ícone do modo de ponto de acesso  será apresentado no visor. Abra a aplicação no seu telemóvel para estabelecer ligação.

O ícone de problemas de ligação ao Wi-Fi pode surgir no visor se não for possível estabelecer uma ligação. Consulte a secção de resolução de problemas para resolver o problema.

Nota: A aplicação no seu telemóvel e o Sleep & Wake-Up Light interativo SÓ podem comunicar entre si quando ambos os aparelhos estão ligados à mesma rede Wi-Fi doméstica. Se não for esse o caso, não é possível controlar remotamente o aparelho através da aplicação (por exemplo, definir um alarme).



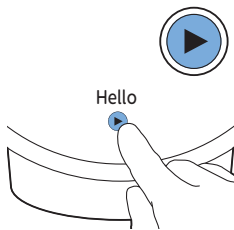
Sensores AmbiTrack

O Sleep & Wake-Up Light interativo recolhe dados a partir do ambiente que o rodeia através dos sensores AmbiTrack. Os sensores AmbiTrack medem a luz, a humidade, a temperatura e a pressão sonora. Estes fatores podem influenciar o seu sono. Apenas na aplicação, poderá ver informações sobre os valores recomendados para as condições ideais de sono. As medições dos sensores podem ser influenciadas pelo ambiente que rodeia o aparelho. Por exemplo, se colocar o aparelho junto a uma janela ou perto de uma fonte de calor, como um radiador, os sensores de temperatura e humidade podem não representar a temperatura/humidade de toda a divisão.

Configurar o aparelho sem a aplicação

É possível configurar o Sleep & Wake-Up Light sem a aplicação. Para poder utilizar o aparelho, é necessário concluir primeiro um assistente de configuração no aparelho. Pode ligar o aparelho à aplicação mais tarde.

Recomendamos vivamente que configure o seu aparelho com a aplicação SleepMapper para desfrutar de todas as funcionalidades de que a aplicação dispõe.



- 1 Inicie o assistente de configuração tocando no ícone de início no visor do aparelho.
- 2 Será guiado através do assistente de configuração do aparelho, onde pode configurar as definições pretendidas, um perfil de despertar e um programa para descontraír.

Nota: O perfil de despertar e o programa para descontraír podem ser configurados mais tarde. Ignore estas definições ao tocar na seta repetidamente. No entanto, recomendamos que defina o perfil de despertar e o programa para descontraír durante esta configuração. Isto permite-lhe explorar as diferentes funções do aparelho.

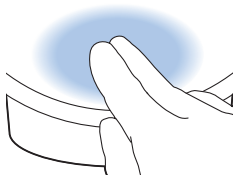
Navegar no menu

Se tiver configurado o seu aparelho com a ajuda da aplicação SleepMapper ou através do assistente de configuração (consultar «Configurar o aparelho sem a aplicação») no aparelho, verá o menu conforme descrito nas seguintes secções.



No visor do aparelho, pode seleccionar e definir o perfil de despertar, o candeeiro de mesa de cabeceira, as definições, o som (origem) ou o programa para descontraír.

Nota: Se o visor estiver em branco, coloque a mão na parte inferior do aparelho para apresentar o menu do visor. Aqui verá os ícones do menu.





Confirmar e guardar definições

Toda as suas definições personalizadas e perfis ficam guardados de forma permanente na memória. É possível alterá-los a qualquer momento. Prima o ícone da marca de verificação para confirmar e guardar o perfil pretendido ou a alteração da definição em qualquer menu.

Nota: Os seus perfis e definições personalizados não serão perdidos se remover o adaptador da tomada elétrica.

Definir os perfis de despertar



No perfil de despertar do aparelho, pode definir a hora do alarme, a intensidade máxima de luz e o tipo de som de despertar da sua preferência. No total, pode definir dois perfis de despertar diferentes no menu do aparelho. Com a aplicação SleepMapper, pode definir mais perfis de despertar.

Nota: O visor principal do aparelho apresenta a hora do alarme definida se o alarme estiver ativo.

Nota: Mantenha premido o ícone do alarme no menu principal para desativar simultaneamente todos os alarmes definidos.



1 Pode alternar entre perfis de despertar diferentes no aparelho utilizando os ícones de seta (◀ ▶).

2 Para desativar o alarme, prima o ícone de desativar o alarme (🔕).



3 Prima o ícone de definições de alarme (⚙️) para introduzir o menu de configuração do perfil do alarme.

Hora e dia do alarme



Neste menu pode alterar as horas premindo + ou -. O alarme será repetido automaticamente todos os dias.



Pode seleccionar em que dia da semana o alarme deve disparar.

1 Prima o ícone do calendário (📅).



2 Os dias da semana são indicados pela primeira letra do dia. Quando um alarme está ativo, a letra é mostrada com brilho. Pode alternar entre os dias da semana utilizando os ícones de seta.



3 Para desativar o alarme para determinado dia, prima o ícone (🔕). Quando um dia específico está inativo, a letra desse dia só é vagamente visível.

Intensidade de luz do perfil de despertar



A lâmpada do aparelho simula um amanhecer. Como um amanhecer, a luminosidade da lâmpada aumenta gradualmente. Durante esta curva de despertar, a cor da luz muda de um vermelho suave para um laranja quente e um amarelo brilhante.

Prima o ícone  no visor para escolher um dos 25 níveis de intensidade de luz.



Duração do perfil de despertar





A duração predefinida da curva de despertar (aumento de luminosidade até à intensidade máxima de luz definida) é de 30 minutos. A duração pode ser alterada para a sua preferência premindo o ícone no aparelho.

Tipo de som




Prima este ícone para abrir o menu de sons para definir o som do perfil de despertar.



- 1 Prima o ícone de alternar  para escolher uma das três opções de sons: sons naturais, rádio ou nenhum som.
- 2 Prima o ícone de sons naturais  para selecionar um dos sons naturais ou prima o ícone de rádio  para selecionar uma das predefinições de rádio.
- 3 Pode definir o volume com o ícone do altifalante .

Remover um perfil de despertar



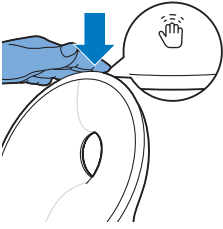
Prima este ícone  para alterar o alarme. Para remover um perfil de despertar, prima .

Hora + respaldo de alarma

Em caso de falha de energia, todas as funções do aparelho, incluindo o visor, deixam de funcionar. No entanto, o relógio interno e um alarme de reserva permanecem ativos durante, pelo menos, mais 8 horas.

Se a hora do alarme definida calhar durante a falha de energia, é acionado um alarme de reserva que emite um sinal sonoro durante aproximadamente 1 minuto.

Snoozer



Quando a curva de despertar chegar ao fim (quando a intensidade máxima de luz definida é atingida) e o alarme soar, pode tocar na parte superior do aparelho para ativar a função snooze.

A lâmpada permanece acesa, mas o som é desativado. A duração do snooze pode ser ajustada na aplicação. A duração padrão do snooze é de 9 minutos. Após 9 minutos, o alarme recomeça a tocar.

Nota: A luz e o som desligam-se automaticamente 60 minutos após o alarme tocar ou 60 minutos após o último snooze.

Ignorar o alarme




Quando a curva de despertar estiver ativa ou o alarme disparar, pode descartá-lo premindo este ícone no aparelho. Se o ignorar, este perfil de alarme fica desativado durante esse dia.

Utilizar o aparelho como candeeiro de mesa de cabeceira

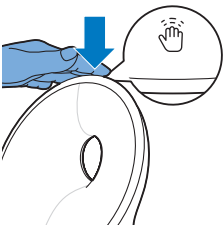


Pode utilizar o Sleep & Wake-Up Light interativo como candeeiro de mesa de cabeceira.

Prima o ícone de candeeiro de mesa de cabeceira  no visor para ligar o candeeiro.

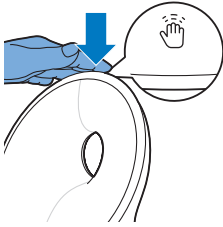
Nota: pode aumentar e diminuir a intensidade de luminosidade. Pode seleccionar um brilho entre 1 (baixo) e 25 (alto). A predefinição de brilho é 20.

Para desligar a luz, prima o ícone de cruz no menu.



Sugestão: Quando a luz está ligada, também a pode desligar com um único toque na parte superior do aparelho. Todos os programas ativos irão parar. Os alarmes definidos continuam ativos.

Luz noturna



Se acordar durante a noite, pode tocar na parte superior do aparelho para ativar uma luz ténue. Esta luz cor de laranja ténue e discreta fornece-lhe apenas a luz suficiente para se orientar no escuro. Desligue a luz noturna ao tocar novamente na parte superior do aparelho.

Nota: Não é possível ativar diretamente a luz noturna quando a luz principal já estiver acesa. Nesse caso, toque primeiro na parte superior do aparelho para desativar a luz principal. Em seguida, toque novamente para ativar a luz noturna.

Definições



Prima o ícone de definições para abrir o menu de definições.

Nota: Mantenha premido o ícone de definições durante 8 segundos para abrir um novo menu onde pode selecionar o modo VERSION (versão do firmware do aparelho) ou o modo DEMO (curva acelerada de despertar).



No menu de definições, pode ajustar a hora de relógio (quando o Wi-Fi estiver desativado), a informação áudio e o brilho do visor do aparelho, bem como ativar/desativar o Wi-Fi.

Hora



Prima este ícone para abrir o menu das horas.




Neste menu pode alterar as horas premindo + ou -.


Prima o ícone de notação de tempo para alternar entre o relógio de 12 horas e o relógio de 24 horas.

Nota: Esta opção não está disponível quando o aparelho está ligado ao Wi-Fi.

Wi-Fi



Ligue ou desligue o Wi-Fi premindo o ícone de Wi-Fi. Quando o Wi-Fi estiver desativado , qualquer atualização feita na aplicação não será implementada até que a ligação Wi-Fi seja restaurada.

Nota: Mantenha premido o ícone de Wi-Fi  durante aproximadamente 8 segundos para voltar ao modo de ponto de acesso. Abra o modo de ponto de acesso quando pretender ligar o seu aparelho a uma rede Wi-Fi diferente ou se tiver alterado a sua palavra-passe de Wi-Fi.



Se ativar acidentalmente o modo de ponto de acesso, prima o ícone Wi-Fi no menu Wi-Fi duas vezes para ativar novamente o Wi-Fi. O seu Sleep & Wake-Up Light interativo lembra-se da rede a que estava ligado.

Informação áudio



Se não quiser ouvir cliques quando premir um ícone, prima o botão de informação áudio para a desligar. Irá ouvir um clique a confirmar. Para reativar a informação áudio, prima este ícone

Definições do visor



Prima o ícone de definições do visor no menu de definições para definir as definições do visor.



Neste menu, pode ajustar o nível de brilho do visor e selecionar a opção de tempo limite do visor.

Brilho do visor

Pode ajustar o brilho do visor do nível 1 ao nível 6 com os ícones de mais e menos. Escolha um nível ideal para ver o visor à noite. O aparelho ajusta automaticamente o brilho do visor quando a luz ambiente do quarto muda.



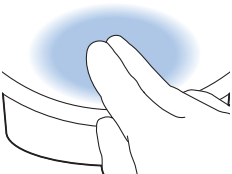
Tempo limite do visor

Caso não pretenda que o aparelho emita qualquer luz, nem mesmo a da indicação da hora, prima o ícone de tempo limite do visor para o desligar completamente. O visor desliga-se gradualmente alguns segundos após a sua última interação com os ícones.

Por norma, se não tocar no visor durante algum tempo num menu, o visor reverte apenas para a indicação de hora e de estado. Quando o tempo limite do visor está ativado, não é apresentada qualquer indicação de hora.

Prima o ícone de desativar o tempo limite do visor para voltar a ligar o visor.

Sugestão: se pretender verificar a hora ou selecionar uma função quando o limite de tempo do visor estiver ativado, basta aproximar a mão do visor para o ligar durante alguns segundos.



Ouvir música



Prima o ícone de sons para selecionar a fonte de som preferida.

Sugestão: Mantenha o ícone de sons premido para ativar/desativar o som através do menu.



No menu de sons, pode selecionar um rádio ou reproduzir a sua própria música ao ligar um dispositivo de reprodução de música à tomada AUX.

Sugestão: Quando o rádio ou a música estão ligados, também pode desligar o som com um único toque na parte superior do aparelho. Todos os programas ativos irão parar. Os alarmes definidos continuam ativos.

Ouvir rádio



Pode ouvir o rádio FM com o Sleep & Wake-Up Light. Se selecionou a função de rádio no menu de sons, irá aparecer a estação de rádio selecionada. Pode alterar manualmente a estação de rádio ao selecionar a frequência FM de outra estação de rádio.

Sugestão: estique a antena completamente e desloque-a até conseguir uma boa receção.



Pode predefinir 5 estações de rádio. Utilize o ícone de definição de frequência FM (📻) para selecionar uma estação de rádio. Mantenha o botão de seta dupla premido para pesquisar automaticamente a estação de rádio seguinte.

Depois de definir uma estação de rádio, pode adicionar facilmente outra estação predefinida selecionando o ícone de alternar (↔️). Pode predefinir 5 estações de rádio através deste processo.

Defina o volume preferido com o ícone do altifalante (🔊).

Música através da tomada auxiliar (AUX)



Pode utilizar o Sleep & Wake-Up Light interativo como um altifalante de música ao ligar um dispositivo de reprodução de música (por exemplo, o seu telemóvel) à tomada AUX.

Se o som não estiver suficientemente alto quando tiver definido o volume no aparelho para o máximo, aumente o volume no seu dispositivo de reprodução de música.

Se o som estiver demasiado alto ou distorcido quando tiver definido o volume no aparelho para um nível baixo, diminua o volume no seu dispositivo de reprodução de música.

Nota: É necessário um cabo AUX para ligar o Sleep & Wake-Up Light interativo a um dispositivo de reprodução de música.

Nota: Não pode despertar com a música de um dispositivo ligado à tomada AUX.

Programas para descontrair



Prima o ícone do programa para descontrair para escolher o programa para descontrair pretendido.



O aparelho inclui dois programas para descontrair que ajudam a relaxar antes de adormecer: simulação do pôr do sol e RelaxBreathe (respiração relaxada). Pode desativar o programa para descontrair ativo ao tocar na parte superior do aparelho.

Também pode ativar ou desativar a função da hora de dormir neste menu.

Simulação do anoitecer



Durante a simulação do anoitecer, o brilho da luz diminui gradualmente com cores que mudam de amarelo brilhante para laranja quente e vermelho suave.



Prima o ícone de simulação do pôr do sol para introduzir o menu de configuração de simulação do pôr do sol.



Prima o botão de reproduzir para iniciar a simulação do pôr do sol. Prima o botão de parar ou toque na parte superior do aparelho para parar o programa.



Utilize este ícone para definir a duração da simulação do pôr do sol. Pode selecionar uma duração de 5, 10, 15, 20, 30 ou 45 minutos.



Pode alterar a intensidade da luz da simulação do pôr do sol com o ícone de luz.



Prima o ícone de sons para definir um som que se desvaneça durante a simulação do pôr do sol.



Prima o ícone de alternar para escolher uma das três opções de som: sons naturais, rádio ou nenhum som. Também pode reproduzir a sua própria música ao ligar um dispositivo de reprodução de música à tomada AUX.

Prima o ícone de sons naturais para selecionar um dos sons naturais. Pode definir o volume inicial com o ícone do altifalante .

RelaxBreathe



O RelaxBreathe utiliza a técnica de respiração abdominal como base do programa de respiração. Pode escolher um dos programas de respiração guiados pela luz ou pelo som. A combinação do exercício de respiração abdominal com as orientações do Sleep & Wake-Up Light interativo ajuda-o a acalmar-se e a sentir-se relaxado.



Prima o ícone RelaxBreathe para introduzir o menu de configuração RelaxBreathe.



Prima o botão de reproduzir para iniciar a sessão RelaxBreathe. Prima o botão de parar ou toque na parte superior do aparelho para parar o RelaxBreathe.



Pressione este ícone para definir a duração do programa de relaxamento. Pode selecionar uma duração de 5, 10 ou 15 minutos.



Pode selecionar um de sete programas de relaxamento com um ritmo de respiração predefinido. Cada programa de relaxamento tem um ritmo de respiração diferente. O programa "4 respirações" está predefinido para 4 respirações por minuto. O programa "5 respirações" está predefinido para 5 respirações por minuto. Cada um dos programas seguintes tem uma respiração adicional por minuto. O último programa (10 respirações) está predefinido para 10 respirações por minuto.



Pode selecionar luz ou som para o guiar durante o programa de relaxamento selecionado. Siga a luz ou o som quando inspirar e expirar.

- Para a orientação com luz, inspire quando a intensidade de luz aumentar. Sustenha a respiração entre as duas ligeiras intermitências de luz. Expire lentamente quando a intensidade de luz diminuir.
- Para a orientação com som, inspire quando a intensidade de som das ondas aumentar. Sustenha a respiração quando a intensidade de som parar. Expire lentamente quando a intensidade de som das ondas diminuir.

Siga o seu ritmo preferido com a ajuda da luz ou do som para se sentir mais relaxado. Pode mesmo fazê-lo com os olhos fechados.

Nota: Pode encontrar um vídeo de demonstração de RelaxBreathe na aplicação e no site da Philips.

Respiração abdominal para relaxamento

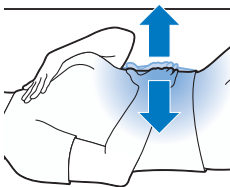
A respiração abdominal é o exercício de respiração mais reconhecido pela sua eficácia a nível de relaxamento. Ao respirar a partir do estômago, o diafragma baixa automaticamente. Isto faz com que os pulmões se movam para baixo, permitindo-lhe inspirar de forma completa e profunda.

Atenção: caso se sinta desconfortável em qualquer momento deste exercício, basta voltar a respirar normalmente.

Como fazer a respiração abdominal



- 1 Deite-se confortavelmente de costas.
- 2 Inspire pelo nariz e expire pelo nariz ou pela boca.



- 3 Coloque uma mão sobre o estômago e a outra mão sobre o peito. Deve ver a mão que está sobre o estômago subir a cada inspiração e baixar a cada expiração. A mão sobre o peito deve mexer-se apenas ligeiramente.
- 4 A respiração deve vir apenas do estômago. Tente fazer com que a expiração seja mais prolongada do que a inspiração, já que isto o fará sentir-se mais relaxado rapidamente.

Nota: a função RelaxBreathe do aparelho pode guiá-lo durante a respiração abdominal.

Função da hora de dormir



Pode monitorizar o seu tempo de repouso, mantendo premido o botão no topo do aparelho durante cerca de 2 segundos, antes de ir dormir, de forma a ativar a função da hora de dormir. Em alternativa, pode ativar a hora de dormir no menu para descontraír. Também pode iniciar a função da hora de dormir premindo "iniciar a monitorização" na aplicação SleepMapper.



É apresentado o ícone de lua no visor do aparelho para indicar que a monitorização da hora de dormir começou. Pode encontrar mais informações sobre a função da hora de dormir na aplicação.

Carregar o telemóvel

Pode utilizar a porta USB para carregar o telemóvel (consultar «Descrição geral»).

Limpeza e arrumação

- Limpe o aparelho com um pano macio e seco.
- Não utilize agentes de limpeza abrasivos, esfregões nem solventes de limpeza como álcool, acetona, etc., pois podem danificar a superfície do aparelho.
- Se não pretender utilizar o aparelho por um longo período de tempo, retire o adaptador da tomada elétrica e guarde o aparelho num local seguro e seco, onde não seja sujeito a compressão, impactos ou danos.
- Não enrole o cabo à volta do aparelho quando o guardar.

Reciclagem



- Este símbolo significa que este produto não deve ser eliminado juntamente com os resíduos domésticos comuns (2012/19/UE).
- Cumpra as regras nacionais de recolha seletiva de produtos elétricos e eletrónicos. A eliminação correta ajuda a evitar consequências prejudiciais para o meio ambiente e a saúde pública.

Garantia e assistência

Se precisar de informações ou suporte, visite www.philips.com/support ou dirija-se ao seu revendedor Philips. Também pode contactar o Centro de Apoio ao Cliente da Philips no seu país (consulte os detalhes de contacto no folheto da garantia internacional).

Resolução de problemas

Este capítulo resume os problemas mais comuns que pode ter com o aparelho. Se não conseguir resolver o problema com as informações fornecidas a seguir,

visite www.philips.com/support para consultar uma lista de perguntas frequentes ou contacte o Centro de Apoio ao Cliente no seu país.

Se o aparelho for atualizado mediante a ligação ao Wi-Fi através da aplicação, as informações neste documento podem não estar atualizadas. Encontre o manual do utilizador mais recente em www.philips.com/support. A Philips reserva-se o direito de atualizar o firmware do aparelho.


Resolução de problemas de conectividade

Problema	Solução
Não consigo transferir a aplicação para o meu telemóvel.	A aplicação está disponível para telemóveis Android e iOS. A aplicação não está disponível para telemóveis Windows.
Não consigo ligar o meu Wake-Up Light à rede Wi-Fi doméstica. O que devo fazer?	<p>Se não conseguir ligar o Wake-Up Light à rede Wi-Fi doméstica e vê o ícone intermitente para o modo de ponto de acesso (†), pode ser uma das seguintes questões:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Palavra-passe errada. Certifique-se de que introduziu a palavra-passe correta da rede Wi-Fi e tente novamente. 2. O seu router é adequado para estabelecer ligação com o Wake-Up Light? O seu router deve ter uma banda de 2,4 GHz para comunicar com o aparelho. Quando efetuar a configuração pela primeira vez, certifique-se de que o seu telemóvel e o aparelho estão ligados à mesma rede Wi-Fi de 2,4 GHz, caso contrário não conseguirá ligar o aparelho e o telemóvel. O aparelho não consegue estabelecer ligação a uma rede de 5 GHz. Desligue temporariamente a rede de 5 GHz para ligar o aparelho à rede de 2,4 GHz. Em seguida, pode voltar a ligar a rede de 5 GHz. 3. Verifique a força do sinal do Wi-Fi. Se o sinal estiver fraco, o aparelho não consegue estabelecer ligação corretamente. Aproxime o aparelho do router para se certificar de que existe um bom sinal de Wi-Fi. <p>Se os passos anteriores não resolverem o problema, tenha em consideração o seguinte:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Volte às predefinições premindo a extremidade de um clipe de papel no botão de reinicialização, na parte de trás do aparelho (consultar «Descrição geral»). Esta reinicialização removerá todas as definições pessoais. 2. Se os passos anteriores não forem a causa do problema, contacte o Centro de Apoio ao Cliente da Philips no seu país.
Liguei o meu Sleep & Wake-Up Light interativo a uma rede Wi-Fi para visitantes e não funciona.	A utilização do seu dispositivo dentro de uma rede para visitantes não é suportada. Configure o seu dispositivo numa rede Wi-Fi normal.
Como posso remover as minhas definições e alarmes pessoais de Wi-Fi do Sleep & Wake-Up Light interativo?	Volte às predefinições premindo a extremidade de um clipe de papel no botão de reinicialização, na parte de trás do aparelho (consultar «Descrição geral»).

Problema	Solução
<p>Pretendo ligar o meu novo smartphone ao Sleep & Wake-Up Light interativo. O que tenho de fazer?</p>	<p>Se o seu telemóvel ainda estiver ligado ao Sleep & Wake-Up Light interativo, comece por remover a ligação na aplicação no separador "mais" selecionando "Esquecer dispositivo".</p> <p>Instale novamente a aplicação no seu novo telemóvel. Indique na aplicação que já instalou o Sleep & Wake-Up Light interativo e siga as instruções na aplicação.</p>
<p>Não consigo utilizar a aplicação para definir alarmes ou controlar o Sleep & Wake-Up Light interativo.</p>	<p>Primeiro, verifique se o seu Sleep & Wake-Up Light está ligado a uma rede Wi-Fi. Se tiver concluído a configuração do Wi-Fi através da aplicação Philips SleepMapper e ligar o seu aparelho a uma rede Wi-Fi específica, deverá ver um símbolo de Wi-Fi estável no visor principal do aparelho, no canto superior direito .</p> <p>Comece por verificar se o Wi-Fi no seu telemóvel e router está ativado. Se o ícone de Wi-Fi aparecer desativado  no visor do aparelho, ative primeiro o Wi-Fi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - O seu telemóvel pode ter restabelecido ligação a uma rede Wi-Fi diferente. Certifique-se de que o telemóvel e o aparelho estão ligados à mesma rede Wi-Fi doméstica. <p>Se o ícone de problemas de ligação ao Wi-Fi estiver visível , pode ser uma das seguintes questões:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Verifique as definições da sua rede Wi-Fi doméstica no router. Pode dar-se o caso de o Plug and Play universal (UPnP) não estar ativado no seu router. Ative esta definição no router. 2. Verifique a força do sinal do Wi-Fi. Se o sinal estiver fraco, o aparelho não consegue estabelecer ligação corretamente. Aproxime o aparelho do router para se certificar de que existe um bom sinal de Wi-Fi. 3. Pode ter alterado a palavra-passe do Wi-Fi doméstico ou instalado um router novo. <p>Se os passos anteriores não resolverem o problema, tenha em consideração o seguinte:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Volte às predefinições premindo a extremidade de um clipe de papel no botão de reinicialização, na parte de trás do aparelho (consultar «Descrição geral»). Esta reinicialização removerá todas as definições pessoais. 2. Se os passos anteriores não forem a causa do problema, contacte o Centro de Apoio ao Cliente da Philips no seu país.
<p>Tenho uma nova palavra-passe de Wi-Fi/rede Wi-Fi ou um novo router e quero estabelecer ligação entre o Wi-Fi e o meu Sleep & Wake-Up interativo. O que tenho de fazer?</p>	<p>Siga estes passos para configurar novamente uma ligação:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Na aplicação SleepMapper, aceda ao separador 'Mais', clique em 'Ver detalhes do dispositivo' e seleccione 'Esquecer o dispositivo'. 2. No menu de definições do seu Sleep & Wake-Up Light, mantenha premido o ícone de Wi-Fi durante 8 segundos. O ícone do modo de ponto de acesso ficará visível  no visor. 3. Abra novamente a aplicação, aceda ao separador 'Mais' para adicionar e seleccione 'Adicionar um novo dispositivo'. Siga as instruções na aplicação.

Resolução geral de problemas

Problema	Solução
O ícone no visor ou a luz do aparelho não responde quando tento definir diferentes funções.	<p>1. Desligue o aparelho da fonte de alimentação retirando o adaptador da tomada de parede. Aguarde 10 segundos e restabeleça a ligação do aparelho. Ligue-o de novo.</p> <p>2. Se a reinicialização do aparelho não funcionar, volte às predefinições premindo a extremidade de um clipe de papel no botão de reinicialização, na parte de trás do aparelho (consultar «Descrição geral»). Tenha em atenção que todas as definições pessoais (definir o alarme, etc.) serão removidas e voltarão às predefinições.</p> <p>Se o aparelho continuar sem funcionar, contacte o Centro de Apoio ao Cliente da Philips no seu país.</p>
A lâmpada não se acende quando o alarme toca.	<p>Pode ter definido um nível de intensidade de luz demasiado baixo. Aumente o nível de intensidade de luz no perfil de despertar.</p> <p>Pode ter desligado a função de alarme. O ícone do alarme pode ver-se no visor quando o alarme está ativo.</p>
A lâmpada não se acende imediatamente quando a ligo.	A lâmpada pode demorar 1 a 5 segundos a acender-se, consoante o nível de intensidade de luz definido.
Não ouço o som do alarme quando o alarme dispara.	<p>Pode ter definido um nível de som demasiado baixo. Para definir um nível de som mais elevado, aumente o nível de volume do som de despertar no perfil de despertar.</p> <p>Quando define um alarme, a primeira coisa que vê é a curva da luz de despertar. O alarme só começa a tocar quando chega a hora do alarme definida. Pode alterar a duração da curva da luz de despertar.</p> <p>Se selecionou o rádio FM como som do alarme, ligue o rádio FM após desligar o alarme para verificar se o rádio funciona.</p> <p>Verifique se o rádio FM está sintonizado corretamente numa estação de rádio. Se necessário, ajuste a frequência. Se o rádio continuar sem funcionar, contacte o Centro de Apoio ao Cliente da Philips no seu país.</p>
O rádio FM não funciona nem faz ruído de estática.	<p>Verifique se o rádio FM está sintonizado corretamente numa estação de rádio. Se necessário, ajuste a frequência.</p> <p>Altere a posição da antena, deslocando-a. Assegure-se de que esticou completamente a antena.</p> <p>O sinal de transmissão pode ser fraco. Ajuste a frequência e/ou altere a posição da antena, deslocando-a. Assegure-se de que esticou completamente a antena.</p>
O alarme disparou ontem mas não disparou hoje.	<p>Talvez tenha desligado a função de alarme ou apenas tenha definido o alarme para um dia específico. O ícone do alarme pode ver-se no visor quando o alarme está ativado para tocar no espaço de 24 horas.</p> <p>Na aplicação Philips SleepMapper tem várias opções para definir alarmes. Talvez o alarme não tenha sido definido corretamente. Verifique se definiu o alarme corretamente na aplicação. Certifique-se de que o seu aparelho e a aplicação estão ligados à mesma rede Wi-Fi doméstica quando configurar um alarme.</p>

Problema	Solução
Quis ativar o snooze, mas o alarme não tocou novamente após 9 minutos.	É possível que tenha acidentalmente premido este ícone  no visor para descartar o alarme. Isto desativa o alarme para esse dia. Toque na parte superior do aparelho para ativar o snooze.
A luz desperta-me demasiado cedo ou demasiado tarde.	O nível de intensidade da luz que definiu pode não ser adequado para si. Experimente um nível de intensidade de luz mais baixo se acordar muito cedo ou um nível de intensidade mais alto se acordar tarde demais. Também pode alterar a duração da curva de despertar. Se a intensidade de luz 1 não for suficientemente baixa, afaste mais o aparelho da cama. Se a intensidade da luz não for suficiente para o acordar, certifique-se de que a luz do aparelho não está bloqueada por nenhum objeto e que o aparelho está por perto.
Não consigo ligar/desligar a função de luz noturna.	Certifique-se de que toca na posição correta (parte superior ou posterior) do aparelho.
Não consigo transmitir música via USB.	A ligação USB só serve para carregar o telemóvel. Não é possível transmitir música para o Sleep & Wake-Up Light interativo.
A tomada AUX não funciona corretamente.	Experimente definir um nível de volume mais alto ou mais baixo no telemóvel. Se necessário, ajuste o nível de volume também no aparelho.
De repente, o aparelho emite um sinal sonoro.	O alarme de reserva disparou. Isto pode acontecer até 8 horas após a remoção do adaptador da corrente e se estiver na hora do alarme definida. O som do alarme para automaticamente após aproximadamente 1 minuto. Também pode parar o som do alarme imediatamente se ligar o aparelho por breves instantes. Para evitar que o alarme de reserva dispare quando o aparelho não está ligado à corrente (por exemplo, quando é guardado), desative os alarmes antes de desligar o aparelho da corrente.

Especificações

Adaptador

Fabricante	PHILIPS
Referência	HF20
Voltagem nominal de entrada	100 – 240 V CA
Frequência efetiva de entrada	50/60 Hz
Voltagem nominal de saída	24,0 V CC
Corrente efetiva de saída	0,75 A
Potência efetiva de saída	18,0 W
Consumo sem carga	< 0,1 W
Classe de eficiência	VI

Classificação de segurança

Fonte de alimentação de classe II

Dimensões
(altura x largura x profundidade)

35 x 78 x 66 mm

Peso

Aprox. 0,12 kg

Comprimento do fio

Aprox. 150 cm

Unidade Principal

Fabricante

PHILIPS

Referência

HF3670, HF3671, HF3672

Voltagem nominal de entrada

24 V CC

Corrente efetiva de entrada

0,75 A

Potência de entrada efetiva

18 W

Consumo em modo de espera do aparelho
(unidade principal + adaptador)

< 2 W (Wi-Fi ligado e visor com brilho máximo)
 < 1 W (Wi-Fi desligado e visor com brilho máximo)
 < 0,5 W (Wi-Fi desligado e visor desligado)

Condições: noite (12 h / 0 lux), dia (12 h / 500 lux), todas as funções suspensas

Classificação de segurança

Luminárias de classe III

Dimensões
(altura x largura x profundidade)

Aprox. 225 x 220 x 120 mm

Peso

Aprox. 0,78 kg

Portas

Carregamento USB

5 V CC, 1 A

Sensibilidade AUX

280 mV

Luz

Fluxo luminoso (nível 1 – 25)

Aprox. 1 lux – 350* lux a 45 cm
 *dependendo do modelo

Cor de luz (nível 1 – 25)

Aprox. 1500 K – 2800 K

FM

Banda de frequência de rádio FM

87,5 MHz – 108,0 MHz

Wi-Fi

Frequência operacional (canal 1 – 13)

2412 MHz – 2472 MHz

Tipo de modulação

IEEE 802.11b, 802.11g, 802.11n

Potência de saída de RF

Máx. 20 dBm

Sensores AmbiTrack

Sensor de luz	0 lux a 2500 lux
Sensor da temperatura	0 °C a 50 °C
Sensor de humidade	0 % a 100 % (humidade relativa)
Sensor de pressão sonora	30 dBA a 70 dBA

Condições de funcionamento

Temperatura	5 °C a 35 °C
Humidade relativa	20% a 90% (sem condensação)
Pressão atmosférica	86 kPa a 106 kPa

Condições de armazenamento

Temperatura	-20 °C a 50 °C
Humidade relativa	20% a 90% (sem condensação)
Pressão atmosférica	86 kPa a 106 kPa

Software open source e de terceiros

Pode encontrar uma cópia do software de código aberto e do contrato de licença de software comercial de terceiros no site www.philips.com/support
Procure o número do dispositivo HF3670 / HF3671 / HF3672 / HF3650 / HF3651 / HF3652 / HF3653 / HF3654 na página de documentação técnica do produto.

Sisältö

Johdanto	208
Yleiskuvaus	208
Käyttötarkoitus	208
Sleep & Wake-Up Lightin vaikutukset	208
Tärkeitä turvallisuustietoja	209
Turvallisuus ja vaatimustenmukaisuus	210
Sähkömagneettiset kentät (EMF)	210
Vuorovaikutteisen valikon kuvakkeet	211
Laitteen yhdistäminen Wi-Fi-verkkoon	211
Valikon selaaminen	213
Herätysprofiilien määrittäminen	213
Ajan ja hälytysten varmuuskopiointi	215
Torkkutoiminto	215
Herätyksen hylkääminen	215
Laitteen käyttäminen lukulamppuna	215
Yövalo	216
Asetukset	216
Musiikin kuunteleminen	218
Rentoutusohjelmat	218
Auringonlaskun simulointi	219
RelaxBreathe	219
Nukkumaanmenoaikatoiminto	221
Matkapuhelimen lataaminen	221
Puhdistus ja säilytys	221
Kierrätys	221
Takuu ja tuki	222
Vianmääritys	222
Tekniset tiedot	225
Avoimen lähdekoodin ja kolmansien osapuolten ohjelmistot	227

Johdanto

Onnittelut ostoksestasi – ja tervetuloa Philips-käyttäjien joukkoon! Saat parhaan mahdollisen hyödyn Philipsin palveluista rekisteröimällä tuotteesi osoitteessa www.philips.com/welcome.

Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Lightin avulla heräät helpommin. Valo valmistelee elimistösi hellästi heräämään määritettynä aikana, ja voit käyttää valon kanssa myös luonnon ääniä tai FM-radiota.

Valo-ohjattu hengitystoiminto, yksilölliset aurinkoasetukset, makuuhuoneympäristön seuranta ja useat muut toiminnot tekevät tästä connected Sleep & Wake-Up Lightista täydellisen ratkaisun makuuhuoneeseen.

Vinkki: Philips SleepMapper -sovellus tuo käyttöön lisätoimintoja. Näiden toimintojen käyttötapa selitetään sovelluksessa.

Jos laite päivitetään muodostamalla siitä Wi-Fi-yhteys sovelluksen kanssa, tässä asiakirjassa olevat tiedot eivät ehkä ole ajan tasalla. Löydät uusimman käyttöoppaan osoitteesta www.philips.com/support tekemällä haun laitteen tyyppinumeron mukaan.

Yleiskuvaus

Tämän luettelon numeroidut kohdat viittaavat yleiskatsauskuvan numeroituihin kohtiin.

- 1 Lampun kotelo
- 2 Näyttö
- 3 Äänenpainetunnistin
- 4 USB-latausportti
- 5 Nollauspainike
- 6 Radioantenni
- 7 AmbiTrack-tunnistin: Ilmankosteuden ja lämpötilan tunnistin
- 8 Lisälaiteliitäntä (AUX)
- 9 Verkkolaitteen tasavirtaliitäntä
- 10 Kaiutin
- 11 Torkku/yövalo
- 12 Verkkolaite
- 13 Pieni liitin

Käyttötarkoitus

Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Light on tarkoitettu auttamaan sinua heräämään entistä luonnollisemmin ja virkeämmin sekä saamaan sinut rentoutumaan ennen nukahtamista.

Sitä ei ole tarkoitettu yleisvalaistukseen.

Sleep & Wake-Up Lightin vaikutukset

Unen viimeisten 30 minuutin ajan Philips SmartSleep connected Sleep & Wake-Up Light valmistaa elimistöä heräämistä varten. Varhain aamulla silmämme ovat herkemmat valolle kuin hereillä ollessamme. Aamun tunteina simuloidun

aurionnousun suhteellisen hämärä valo valmistaa elimistöä heräämään virkeänä.

Laitetta käyttävät henkilöt heräävät entistä helpommin, ovat aamuisin hyvällä tuulella ja tuntevat olonsa energiseksi. Koska ihmisten valoherkkyys on erilainen, voit säätää laitteen valotehon tasolle, joka sopii juuri sinun valoherkkyydellesi.

Jotta voit kokea connected Sleep & Wake-Up Lightin vaikutukset täysin, aseta laite noin 40 – 50 cm:n etäisyydelle päästäsi yöpöydän tasaiselle pinnalle.

Lisätietoja connected Sleep & Wake-Up Lightista on sivustossa www.philips.com.

Tärkeitä turvallisuustietoja

Lue nämä tärkeät tiedot huolellisesti ennen laitteen ensimmäistä käyttökertaa ja säilytä ne vastaisen varalle.

Vaara



- Vesi ja sähkölaitteet eivät sovi yhteen! Tämän takia laitetta ei saa käyttää kosteissa tiloissa (esimerkiksi kylpyhuoneessa tai suihkun tai uima-altaan lähellä).
- Suojaa verkkolaite kosteudelta.
- Laite on tarkoitettu vain sisäkäyttöön.
- Älä valuta tai läikytä vettä laitteen päälle.
- Älä upota laitetta veteen äläkä huuhtelee sitä vesihanalla.
- Älä aseta laitteen lähelle mitään, mikä voi aiheuttaa laitteen kastumisen.
- The adapter contains a transformer, which converts an unsafe 100 V – 240 V AC mains voltage to a safe 24 V DC low voltage. Do not cut off the adapter to replace it with another plug, as this causes a hazardous situation.

Varoitus

- Älä käytä laitetta, jos lampun kotelo on vahingoittunut, rikki tai kadonnut.
- Jos verkkolaite, johto tai laite on jollakin tavalla vahingoittunut, laitteen sisään ja/tai päälle on päässyt nestettä tai vieraita esineitä, laite on kastunut, se ei toimi normaalisti tai se on pudonnut tai vahingoittunut, sitä ei pidä käyttää.
- Jos tunnet olosi epämukavaksi, kun käytät RelaxBreathe-toimintoa hengitysharjoituksen aikana, hengitä taas normaalisti.
- Käytä laitetta vain mukana tulevan verkkolaitteen kanssa.
- Jos virtajohtosovitin on vaurioitunut, vaihda vaaratilanteiden välttämiseksi tilalle aina alkuperäisen tyyppinen virtajohtosovitin.
- Laitetta ei ole tarkoitettu lasten tai sellaisten henkilöiden käyttöön, joiden fyysinen tai henkinen toimintakyky on rajoittunut tai joilla ei ole kokemusta tai tietoa laitteen käytöstä, muuten kuin heidän turvallisuudestaan vastaavan henkilön valvonnassa ja ohjauksessa.
- Ota yhteys lääkäriin ennen laitteen käyttöä, mikäli kärsit tai olet kärsinyt masennuksesta.

- Älä käytä laitetta yöunen lyhentämiseen. Laitteen tarkoitus on auttaa sinua heräämään helpommin. Se ei vähennä unen tarvetta.

Varoitus

- Tarkista, että laitteeseen merkitty käyttöjännite vastaa paikallista jännitettä, ennen kuin liität laitteen pistorasiaan.
- Suojaa liitäntäjohto päältä kävelyiltä ja puristukselta, erityisesti liittimen ja pistorasian kohdalla sekä kohdassa, jossa johto tulee ulos lampusta.
- Älä käytä verkkolaitetta sellaisissa pistorasioissa tai sellaisten pistorasioiden lähellä, joissa on sähköisiä ilmanraikastimia, sillä verkkolaite voi vahingoittua pysyvästi.
- Älä pudota laitetta lattialle, kolauta sitä tai altista muille koville iskuille.
- Aseta laite tukevalle, tasaiselle ja liukumattomalle pinnalle.
- Älä estä laitteen jäähtymistä peittämällä laitetta esimerkiksi peitoilla, verhoilla, vaatteilla tai papereilla.
- Älä käytä laitetta alle 5 °C:n tai yli 35 °C:n lämpötilassa.
- Laitteessa ei ole virtakytkintä. Kytke laite irti sähköverkosta irrottamalla verkkolaite pistorasiasta. Sovittimen ja pistorasian on oltava helposti saatavilla aina.
- Laite on tarkoitettu vain kotitalouksien käyttöön tai samantapaiseen käyttöön esimerkiksi hotelleissa.
- Laitteen päälle ei pidä laittaa palavia esineitä, kuten sytytettyjä kynttilöitä.
- Herätysvalon sisällä olevat LED-valot eivät ole vaihdettavissa. Kun niiden elinkaari on päätöksessä, koko herätysvalo on vaihdettava.

Yleistä

- Jos heräät usein aikaisin tai sinulla on herätessäsi päänsärkyä, vähennä valon kirkkaustasoa ja/tai muuta auringonnousun simuloinnin aikaa.
- Jos heräät usein herätysääneen, lisää asetettua valotehoa tai asetettua auringonnousun simuloinnin aikaa.
- Jos nukut samassa huoneessa toisen ihmisen kanssa, valo saattaa herättää hänet, vaikka hän olisi kauempana laitteesta. Tämä ilmiö johtuu henkilökohtaisista eroista valoherkkyyden suhteen.
- Laite kuluttaa vähiten virtaa, kun USB-porttiin ei ole liitetty laitteita ja lamppu, radio, näyttö ja Wi-Fi on poistettu käytöstä.

Turvallisuus ja vaatimustenmukaisuus

Laite vastaa seuraavia Euroopan unionin turvallisuusvaatimuksia:

- IEC 60598: Valaisimet.
- IEC 62471: Lamppujen ja lamppujärjestelmien fotobiologinen turvallisuus.
- IEC 62368: Audio- ja videolaitteet sekä tieto- ja tietoliikennetekniikan laitteet.

Sähkömagneettiset kentät (EMF)

Tämä Philips-laite vastaa kaikkia sähkömagneettisia kenttiä (EMF) koskevia standardeja ja säännöksiä.

Vuorovaikutteisen valikon kuvakkeet

 Herätysprofiili/Herätys	 Valoteho ja valokytkin	 Palaa valikossa takaisin
 Asetukset	 Äänet	 Vahvista ja tallenna asetus
 Rentoutusohjelma	 AUX-liitäntä	 Radio
 Wi-Fin ottaminen käyttöön	 Wi-Fin poistaminen käytöstä	 Muuta hälytysasetuksia
 Näyttöasetukset ja näytön kirkkaus	 Valitse luonnollinen ääni	 Hylkää hälytys
 Ota näytön aikakatkaisu käyttöön	 Poista näytön aikakatkaisu käytöstä	 Poista hälytys käytöstä
 Äänimerkin ottaminen käyttöön	 Äänimerkin poistaminen käytöstä	 Valo- tai ääniopastus
 Auringonlaskusimulointi	 Herätysprofiilin kesto	 Herätysprofiilin poistaminen
 Viikonpäivät	 RelaxBreathe	 RelaxBreathe-vauhti
 Viikonpäivän valitseminen	 Viikonpäivän valinnan poistaminen	 Ohjelman kesto
 Nukkumaanmenoaikatoi- minnon käynnistäminen	 Ohjelman käynnistäminen	 Ohjelman lopettaminen

Laitteen yhdistäminen Wi-Fi-verkkoon

Jos laite päivitetään muodostamalla siitä Wi-Fi-yhteys sovelluksen kanssa, tässä asiakirjassa olevat tiedot eivät ehkä ole ajan tasalla. Käyttöoppaan uusimman version löydät osoitteesta www.philips.com/support. Philips pitää itsellään oikeuden laitteen laiteohjelmiston päivittämiseen.

Wi-Fi-toiminnon helppo käyttöönotto







Lataa Philips SleepMapper -sovellus Google Play -kaupasta tai App Storesta matkapuhelimeen. Tarkista Google Play -kaupasta tai App Storesta, onko matkapuhelimesi yhteensopiva sovelluksen kanssa. Voit helposti muodostaa yhteyden connected Sleep & Wake-Up Lightiin.

Sleep & Wake-Up Lightin asennukseen ja kotisi Wi-Fi-verkkoon muodostettavaan yhteyteen liittyvät määrittäykset tarvitsee suorittaa vain kerran. Näiden määrittysten suorittaminen kestää noin 5–10 minuuttia.

Connected Sleep & Wake-Up Lightin ohjattu määrittystoiminto

- 1 Kun käytät connected Sleep & Wake-Up Lightia ensimmäisen kerran, ohjattu määrittystoiminto käynnistyy laitteessa.
- 2 Kun olet valinnut kielen laitteen näytössä, jatka sovelluksella. Varmista, että sovellus on avattu matkapuhelimesi.
- 3 Muodosta laitteesta yhteys Wi-Fi-verkkoon toimimalla sovelluksessa annettujen ohjeiden mukaan. Jos laitteen yhdistämisessä ilmenee ongelmia, tutustu sovelluksen tukiosaan tai tämän käyttöohjeen vianmääritysosassa mainittuihin kohteisiin (katso "Vianmääritys").

- Jos olet aikaisemmin päättänyt ottaa laitteen käyttöön ilman sovellusta, mutta haluat nyt yhdistää laitteen sovellukseen, paina laitteen asetusvalikon Wi-Fi-kuvaketta . Näyttöön tulee tukiasematilan kuvake . Avaa sovellus matkapuhelimesi yhteyden muodostamista varten.
- Jos olet vaihtanut kotisi Wi-Fi-verkon tai salasanasasi, pidä laitteen asetusvalikon Wi-Fi-kuvaketta  painettuna 8 sekunnin ajan. Näyttöön tulee tukiasematilan kuvake . Avaa sovellus matkapuhelimesi yhteyden muodostamista varten.

Näyttöön saattaa tulla Wi-Fi-yhteysongelman kuvake, jos yhteyttä ei voi muodostaa. Pehdy vianmääritysosaan ongelman ratkaisemiseksi.

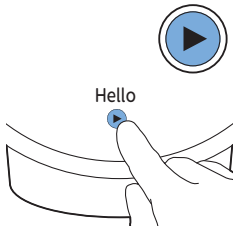
Huomautus: Matkapuhelimesi oleva sovellus ja connected Sleep & Wake-Up Light pystyvät kommunikoimaan toistensa kanssa VAIN silloin, kun molemmat laitteet on yhdistetty kotisi Wi-Fi-verkkoon. Muussa tapauksessa laitetta ei voi hallita etäältä sovelluksen kautta (esimerkiksi asettaa hälytystä).

AmbiTrack-tunnistimet

Connected Sleep & Wake-Up Light kerää tietoja ympäristöstään AmbiTrack-tunnistimien avulla. AmbiTrack-tunnistimet mittaavat valon, ilmankosteuden, lämpötilan ja äänenpaineen. Nämä tekijät voivat vaikuttaa uneesi. Ainoastaan sovelluksessa näet tietoja ihanteellisten uniolosuhteiden suositelluista arvoista. Laitteen ympäristö voi vaikuttaa tunnistimien mittaustuloksiin. Jos esimerkiksi asetat laitteen ikkunan tai lämmönlähteen, kuten lämpöpatterin, lähelle, lämpötilan ja ilmankosteuden tunnistimet eivät ehkä anna todellista kuvaa koko huoneen lämpötilasta ja ilmankosteudesta.

Laitteen käyttöönotto ilman sovellusta

Voit ottaa Sleep & Wake-Up Lightin käyttöön ilman sovellusta. Ennen laitteen käyttöä sinun on suoritettava laitteen ohjattu asennustoiminto. Voit yhdistää laitteen sovellukseen myöhemmin.



Suosittellemme, että määrität laitteen asetukset SleepMapper-sovelluksella, jotta voit nauttia sovelluksen kaikista toiminnoista.

- 1 Käynnistä ohjattu asennustoiminto napauttamalla laitteen näytössä olevaa käynnistyskuvaketta.
- 2 Sinua opastetaan laitteen ohjatun asennustoiminnon suorittamisessa, ja voit asettaa haluamasi asetukset, herätysprofiilin ja rentoutusohjelman.

Huomautus: Herätysprofiili ja rentoutusohjelma voidaan asettaa myöhemmin. Voit ohittaa nämä asetukset napauttamalla toistuvasti nuolinäppäintä. Kehotamme sinua kuitenkin asettamaan herätysprofiilisi ja rentoutusohjelmasi tämän asennuksen aikana. Näin voit tutustua laitteen eri toimintoihin.

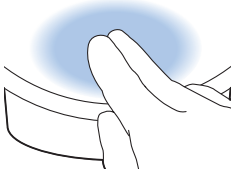
Valikon selaaminen

Jos olet ottanut laitteen käyttöön SleepMapper-sovelluksen tai laitteen ohjatun asennustoiminnon (katso "Laitteen käyttöönotto ilman sovellusta") avulla, näet seuraavissa osissa kuvatus valikon.



Laitteen näytössä voit valita ja asettaa herätysprofiilin, lukulampun, asetukset, äänen (äänilähteen) tai rentoutusohjelman.

Huomautus: Jos näyttö on tyhjä, siirrä kättäsi kohti laitteen alaosa näyttövalikon avaamiseksi. Näet valikon kuvakkeet.



Asetusten vahvistaminen ja tallentaminen

Kaikki yksilölliset asetukset ja profiilit tallennetaan pysyvästi muistiin. Voit muuttaa niitä milloin tahansa. Vahvista ja tallenna haluamasi profiilin tai asetuksen muutos missä tahansa valikossa painamalla valintamerkin kuvaketta.



Huomautus: Yksilöllisiä asetuksia ja profiileja ei menetetä, jos irrotat verkkolaitteen pistorasiasta.

Herätysprofiilien määrittäminen



Laitteessa olevassa herätysprofiilissasi voit asettaa herätysajan, enimmäisvalotehon ja haluamasi herätysäänen tyyppin. Voit määrittää laitteen valikossa kaksi erilaista herätysprofiilia. SleepMapper-sovelluksen avulla voit määrittää vielä lisää herätysprofiileja.

Huomautus: Laitteen päänäytössä näkyy asetettu herätysaika, kun herätys on käytössä.

Huomautus: Voit poistaa kaikki asetetut herätykset samalla kertaa käytöstä pitämällä päävalikon herätyskuvaketta painettuna.



- 1 Voit vaihtaa laitteen herätysprofiilin välillä nuolikuvakkeilla (◀ ▶).
- 2 Voit poistaa herätyksen käytöstä painamalla herätyksen poiston kuvaketta (🗑️).



- 3 Voit siirtyä herätysprofiilin määrittelyvalikkoon painamalla herätysasetusten kuvaketta (⚙️).

Herätysaika ja -päivä



Tässä valikossa voit vaihtaa aikaa painamalla + tai -. Herätys toistetaan automaattisesti joka päivä.



Voit valita, minä viikonpäivänä herätyksen pitää käynnistyä.

- 1 Paina kalenterikuvaketta (📅).



- 2 Viikonpäivät on merkitty kunkin päivän ensimmäisellä kirjaimella. Kun herätys on käytössä, kirjain näkyy kirkkaana. Voit vaihtaa viikonpäivien välillä nuolikuvakkeilla.



- 3 Voit poistaa herätyksen tietyn päivän osalta käytöstä painamalla kuvaketta (🗑️). Kun jokin päivä ei ole käytössä, sen kirjain näkyy vain himmeänä.

Herätysprofiilin valoteho



Laitteen lamppu simuloi auringonnousua. Auringonnousun tapaan lamppu lisää kirkkautta asteittain. Tämän herätyskäyrän aikana valon väri muuttuu pehmeästä punaisesta lämpimäksi oranssiksi ja sitten kirkkaaksi keltaiseksi.



Valitse jokin 25 valotehotasosta painamalla näytössä kuvaketta (☀️).

Herätysprofiilin kesto



Herätyskäyrä (kirkkauden lisäys asetettuun enimmäisvalotehoon) on oletusarvoisesti 30 minuuttia. Voit muuttaa kestoja mieltymystesi mukaan painamalla laitteessa olevaa kuvaketta.

Äänen tyyppi



Avaa äänivalikko painamalla tätä kuvaketta asettaaksesi herätysprofiilin äänen.



- 1 Paina vaihtokuvaketta valitaksesi yhden kolmesta äänivaihtoehdosta: luonnolliset äänet, radio tai ei ääntä.
- 2 Paina luonnollisten äänten kuvaketta valitaksesi yhden luonnollisista äänistä tai paina radiokuvaketta valitaksesi yhden radion esiasetuksista.
- 3 Voit asettaa äänenvoimakkuuden painamalla kaiutinkuvaketta .

Herätysprofiilin poistaminen



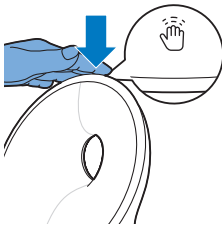
Voit muuttaa herätystä painamalla tätä kuvaketta . Jos haluat poistaa herätysprofiilin, paina .

Ajan ja hälytysten varmuuskopiointi

Sähkökatkoksen tapauksessa mikään laitteen toiminto, näyttö mukaan lukien, ei toimi. Sisäinen kello ja varaherätys pysyvät kuitenkin toiminnassa vielä vähintään 8 tunnin ajan.

Jos asetettu herätysaika on virtakatkon aikana, laite antaa varaherätyksen: siitä kuuluu piippaava ääni noin 1 minuutin ajan.

Torkkutoiminto



Kun herätyskäyrä on päättynyt (kun asetettu enimmäisvaloteho on saavutettu) ja herätys soi, voit aktivoida torkkuherätyksen napauttamalla laitteen yläosaa.

Lamppu palaa edelleen, mutta herätysääni mykistetään. Lisäajan kesto voi säätää sovelluksessa. Lisäajan oletuskesto on 9 minuuttia. Herätysääni alkaa soida 9 minuutin kuluttua uudelleen.

Huomautus: Valo sammutetaan ja ääni mykistetään automaattisesti 60 minuutin kuluttua herätyksen käynnistymisestä tai 60 minuutin kuluttua viimeisestä torkkutoiminnosta.

Herätyksen hylkääminen



Kun herätyskäyrä on käytössä tai herätys käynnistyy, voit hylätä sen painamalla laitteessa olevaa kuvaketta. Jos hylkää herätyksen, tämän herätysprofiilin aktivointi poistetaan kyseisen päivän ajaksi.

Laitteen käyttäminen lukulamppuna



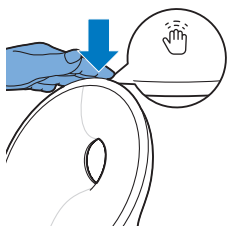
Voit käyttää connected Sleep & Wake-Up Lightia lukulamppuna.

Voit ottaa lukulampun käyttöön painamalla näytössä olevaa lukulampun kuvaketta .

Huomautus: Voit lisätä tai vähentää kirrkaustasoa. Voit valita kirrkauden tasojen 1 (matala) ja 25 (korkea) väliltä. Oletuskirrkausasetus on 20.

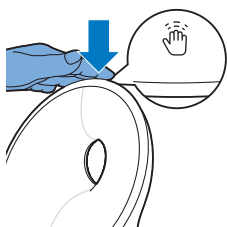


Voit poistaa lampun käytöstä painamalla valikossa olevaa ristikuvaketta.



Vinkki: Kun valo palaa, voit sammuttaa sen myös napauttamalla laitteen yläosaa kerran. Kaikki käynnissä olevat ohjelmat lopetetaan. Asetetut herätykset pysyvät aktiivisina.

Yövalo



Jos heräät keskellä yötä, voit sytyttää himmeän valon napauttamalla laitteen yläosaa. Tämän himmeän ja hienovaraisen oranssin valon avulla löydät tiesi pimeässä. Voit sammuttaa yövalon napauttamalla laitteen yläosaa vielä kerran.

Huomautus: Yövaloa ei voi sytyttää suoraan, jos päävalo palaa jo. Sammuta tässä tapauksessa päävalo ensin napauttamalla laitteen yläosaa. Sytytä sitten yövalo napauttamalla laitteen yläosaa uudelleen.

Asetukset



Avaa asetusvalikko painamalla asetuskuvaketta.

Huomautus: Pitämällä asetuskuvaketta 8 sekunnin ajan painettuna voit avata uuden valikon, jossa voit valita VERSION (Versio) -asetuksen (laitteen laiteohjelmistoversion) tai DEMO (Esittely) -tilan (nopeutetun herätyskäyrän).



Asetusvalikossa voit säätää laitteen kellonaikaa (kun Wi-Fi-toiminto on poistettu käytöstä), äänimerkkiä ja näytön kirkkautta sekä ottaa Wi-Fi-toiminnon käyttöön tai poistaa sen käytöstä.

Aika



Avaa aikavalikko painamalla tätä kuvaketta.




Tässä valikossa voit vaihtaa aikaa painamalla + tai -.


Vaihda 12 tunnin kellon ja 24 tunnin kellon välillä painamalla ajan merkintätavan kuvaketta.

Huomautus: Tämä asetus ei ole käytettävissä, kun laitteesta on muodostettu Wi-Fi-yhteys.

Wi-Fi



Voit ottaa Wi-Fi-toiminnon käyttöön tai poistaa sen käytöstä painamalla Wi-Fi-kuvaketta. Kun Wi-Fi-toiminto on poistettu käytöstä , sovellukseen tehtyjä päivityksiä ei oteta käyttöön, ennen kuin Wi-Fi-yhteys on palautettu.


Huomautus: Voit palata tukiasematilaan pitämällä Wi-Fi-kuvaketta  noin 8 sekunnin ajan painettuna. Avaa tukiasematila, kun haluat yhdistää laitteen toiseen Wi-Fi-verkkoon tai jos olet vaihtanut Wi-Fi-salasanan.



Jos olet vahingossa ottanut tukiasematilan käyttöön, voit ottaa Wi-Fi-yhteyden uudelleen käyttöön painamalla Wi-Fi-valikossa olevaa Wi-Fi-kuvaketta kaksi kertaa. Connected Sleep & Wake-Up Light muistaa verkon, johon olit yhteydessä.

Äänimerkki



Jos et halua kuulla napsahduksia kuvaketta painettaessa, voit poistaa äänimerkin käytöstä painamalla äänimerkkikuvaketta. Kuulet vahvistuksena yhden napsahduksen. Jos haluat taas käyttää äänimerkkiä, paina kuvaketta  uudelleen.

Näyttöasetukset



Määritä näyttöasetukset painamalla asetusvalikon näyttöasetuskuvaketta.



Tässä valikossa voit säätää näytön kirkkaustasoa ja valita näytön aikakatkaisuasetuksen.

Näytön kirkkaus

Voit säätää näytön kirkkautta tason 1 ja tason 6 välillä plus- ja miinuskuvakkeilla. Valitse taso, jolla näet näytön yöllä optimaalisella tavalla. Laitte säättää näytön kirkkautta automaattisesti makuuhuoneen vallitsevan valon muuttuessa.

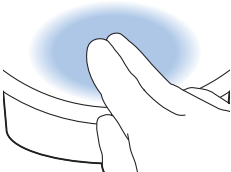
Näytön aikakatkaisu

Jos et halua laitteesta tulevan mitään valoa etkä halua nähdä edes ajan ilmaisinta, sammuta näyttö kokonaan painamalla näytön aikakatkaisukuvaketta. Näyttö sammuu asteittain muutama sekunti kuvakkeiden viimeisen painalluskerran jälkeen.

Jos olet jossakin valikossa etkä kosketa näyttöä tiettyyn aikaan, näyttö palaa normaalisti näyttämään vain ajan ja tilan. Kun näytön aikakatkaisu on käytössä, aikaa ei näytetä.

Voit käynnistää näytön uudelleen painamalla näytön aikakatkaisun käytöstä poistamisen kuvaketta.

Vinkki: Jos haluat tarkistaa ajan tai valita toiminnon näytön aikakatkaisun ollessa käytössä, siirrä kätesi näytön lähelle, niin näyttö käynnistyy muutaman sekunnin ajaksi.



Musiikin kuunteleminen



Valitse haluamasi äänilähde painamalla äänten kuvaketta.

Vinkki: Voit ottaa äänen käyttöön tai poistaa sen käytöstä valikon kautta pitämällä äänten kuvaketta painettuna.



Äänivalikossa voit valita radion tai toistaa omaa musiikkia liittämällä musiikkilaitteen AUX-liitäntään.

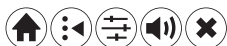
Vinkki: Kun radio on päällä tai musiikki soi, voit mykistää äänen napauttamalla laitteen yläosaa kerran. Kaikki käynnissä olevat ohjelmat lopetetaan. Asetetut herätykset pysyvät aktiivisina.

Radion kuunteleminen



Voit kuunnella Sleep & Wake-Up Lightilla FM-radiota. Jos olet valinnut radiotoiminnon äänivalikossa, valittu radioasema näkyy näytössä. Voit vaihtaa radioasemaa manuaalisesti valitsemalla toisen radioaseman FM-taajuuden.

Vinkki: Suorista antenni kunnolla ja etsi sille paikka, jossa vastaanotto on paras mahdollinen.



Voit esiasettaa viisi radioasemaa. Valitse radioasema FM-taajuuden asetuskuvakkeella (📶). Voit hakea seuraavan radioaseman automaattisesti pitämällä kaksoisnuolipainiketta painettuna.

Kun olet asettanut radioaseman, voit helposti lisätä toisen esiasetetun radioaseman painamalla vaihtokuvaketta (↻). Voit esiasettaa tällä prosessilla viisi radioasemaa.

Aseta haluamasi äänenvoimakkuus painamalla kaiutinkuvaketta (🔊).

Musiikin kuunteleminen lisälaiteliitännän (AUX) kautta



Voit käyttää connected Sleep & Wake-Up Lightia musiikin kuunteluun soveltuvana kaiuttimena liittämällä musiikin toistolaitteen (esimerkiksi matkapuhelimen) AUX-liitäntään.

Jos äänenvoimakkuus ei ole riittävä, kun olet asettanut laitteen äänenvoimakkuuden enimmäistasolle, lisää äänenvoimakkuutta musiikin toistolaitteessa.

Jos ääni on liian voimakas tai vääristynyt, kun laitteen äänenvoimakkuus on matalalla, vähennä äänenvoimakkuutta musiikin toistolaitteessa.

Huomautus: Tarvitset AUX-kaapelin connected Sleep & Wake-Up Lightin liittämiseksi musiikin toistolaitteeseen.

Huomautus: AUX-liitäntään liitettyllä laitteella toistettua musiikkia ei voi käyttää herätykseen.

Rentoutusohjelmat



Valitse haluamasi rentoutusohjelma painamalla rentoutusohjelman kuvaketta.



Laitteessa on kaksi rentoutusohjelmaa, joiden avulla voit rentoutua ennen nukahtamista: auringonlaskusimulointi ja RelaxBreathe.

Voit poistaa aktiivisen rentoutusohjelman käytöstä napauttamalla laitteen yläosaa.

Tässä valikossa voit myös ottaa nukkumaanmenoaikatoiminnon käyttöön tai poistaa sen käytöstä.

Auringonlaskun simulointi




Auringonlaskun simuloinnin aikana valon kirkkaus vähenee asteittain, ja värit muuttuvat kirkkaasta keltaisesta lämpimäksi oranssiksi ja sitten pehmeäksi punaiseksi.



Voit siirtyä auringonlaskun simuloinnin määrittämisvalikkoon painamalla auringonlaskun simuloinnin kuvaketta.



Käynnistä auringonlaskun simulointi painamalla toistopainiketta. Pysäytä ohjelma painamalla pysäytyspainiketta  tai napauttamalla laitteen yläosaa.



Määritä auringonlaskun simuloinnin kesto tällä kuvakkeella. Voit valita kestoksi 5, 10, 15, 20, 30 tai 45 minuuttia.





Voit muuttaa auringonlaskun simuloinnin valon voimakkuutta valon kuvakkeella.




Aseta ääni, joka vaimenee auringonlaskun simuloinnin aikana, painamalla äänen kuvaketta.



Painamalla vaihtokuvaketta  voit valita yhden kolmesta äänivaihtoehdosta: luonnolliset äänet, radio tai ei ääntä. Voit toistaa myös omaa musiikkia liittämällä musiikkilaitteen AUX-liitäntään.

Painamalla luonnollisten äänten kuvaketta  voit valita yhden luonnollisista äänistä.

Voit asettaa lähtöäänenvoimakkuuden painamalla kaiutinkuvaketta .

RelaxBreathe




RelaxBreathe käyttää hengitysohjelman perustana vatsahengitystekniikkaa. Voit valita valolla tai äänellä ohjatun hengitysohjelman.

Vatsahengitysharjoituksen ja connected Sleep & Wake-Up Lightin opastuksen yhdistelmä auttaa sinua hidastamaan tahtiasi ja rentoutumaan.

Voit siirtyä RelaxBreathe-toiminnon määrittämisvalikkoon painamalla RelaxBreathe-kuvaketta.





Käynnistä RelaxBreathe-ohjelma painamalla toistopainiketta. Pysäytä RelaxBreathe-ohjelma painamalla pysäytyspainiketta  tai napauttamalla laitteen yläosaa.



Määritä rentoutusohjelman kesto painamalla tätä kuvaketta. Voit valita kestoksi 5, 10 tai 15 minuuttia.



Voit valita yhden seitsemästä rentoutusohjelmasta, joiden hengitystahti on asetettu valmiiksi. Jokaisella rentoutusohjelmalla on erilainen hengitystahti. Ohjelma "4 henkäystä" on esiasetettu neljään henkäykseen minuuttia kohti. Ohjelma "5 henkäystä" on esiasetettu viiteen henkäykseen minuuttia kohti. Seuraavissa ohjelmissa on lisätty aina yksi henkäys minuuttia kohti. Viimeinen ohjelma (10 henkäystä) on esiasetettu kymmeneen henkäykseen minuuttia kohti.



Voit valita haluamasi rentoutusohjelman opastustavaksi valon tai äänen. Seuraa valoa tai ääntä, kun hengität sisään ja ulos.

- Jos käytät valo-opastusta, hengitä sisään, kun valoteho nousee. Pitele henkeäsi kahden hienovaraisen valonvälähdyksen välillä. Hengitä hitaasti ulos, kun valoteho laskee.
- Jos käytät ääniopastusta, hengitä sisään, kun aaltojen äänenvoimakkuus nousee. Pitele henkeäsi, kun äänenvoimakkuus pysyy samana. Hengitä hitaasti ulos, kun aaltojen äänenvoimakkuus laskee.

Rentoudu hengittämällä valon tai äänen osoittamaan tahtiin. Voit tehdä tämän myös silmät suljettuna.

Huomautus: Löydät RelaxBreathen ohjevideon sovelluksesta ja Philipsin sivustosta.

Rentoutuminen vatsahengityksen avulla

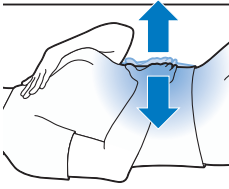
Vatsahengitys on tunnetuin hengitysharjoitustekniikka, joka auttaa ihmisiä rentoutumaan. Kun hengität vatsasta, palleasi painuu automaattisesti alas. Tämä vetää keuhkosi alas, ja voit vetää henkeä kunnolla ja syvään.

Varoitus: Jos tunnet olosi epämukavaksi hengitysharjoituksen aikana, hengitä taas normaalisti.

Vatsahengityksen suoritusohjeet

- 1 Asetu mukavasti selällesä.
- 2 Hengitä sisään nenän kautta, ulos taas nenän tai suun kautta.





- 3 Aseta yksi kätesi vatsallesi ja toinen kätesi rinnallesi. Sinun pitäisi nähdä vatsasi päällä olevan kätesi liikkuvan jokaisella sisäänhengityksellä ylös ja jokaisella uloshengityksellä alas. Rintasi päällä olevan kätesi pitäisi liikkua vain vähän.
- 4 Hengityksen pitäisi tulla vain vatsastasi. Yritä tehdä uloshengityksestä sisäänhengitystä pidempi, sillä näin saat olosi tuntumaan nopeasti rentoutuneeksi.

Huomautus: Laitteen RelaxBreathe-toiminto pystyy opastamaan sinua vatsahengityksen aikana.

Nukkumaanmenoaikatoiminto



Voit seurata sängyssä viettämäsi aikaa ottamalla nukkumaanmenoaikatoiminnon käyttöön. Tee se painamalla laitteen yläosaa noin 2 sekunnin ajan ennen nukkumaanmenoa. Voit aktivoida nukkumaanmenoaikatoiminnon myös rentoutusvalikossa. Voit käynnistää nukkumaanmenoaikatoiminnon myös painamalla SleepMapper-sovelluksessa seurannan aloituspainiketta.



Laitteen näyttöön ilmestyy kuun kuvake sen merkiksi, että nukkumaanmenoajan seuranta on alkanut. Löydät lisätietoja nukkumaanmenoaikatoiminnosta sovelluksesta.

Matkapuhelimen lataaminen

Voit ladata matkapuhelimen USB-liitännän (katso "Yleiskuvaus") kautta.

Puhdistus ja säilytys

- Puhdista laite pehmeällä, kuivalla liinalla.
- Älä käytä hankausaineita, hankaustyynyä tai liuottimia, kuten alkoholia tai asetonia, koska ne saattavat vahingoittaa laitteen pintaa.
- Jos et aio käyttää laitetta pitkään aikaan, irrota pistoke pistorasiasta. Säilytä laitetta turvallisessa ja kuivassa paikassa, jossa se ei pääse murskautumaan, kolhiintumaan tai vahingoittumaan.
- Älä kääri johtoa laitteen ympärille säilytyksen ajaksi.

Kierrätys



- Tämä merkki tarkoittaa sitä, että tätä tuotetta ei saa hävittää tavallisen kotitalousjätteen mukana (2012/19/EU).
- Noudata oman maasi sähkö- ja elektroniikkalaitteiden kierrätystä ja hävittämistä koskevia sääntöjä. Asianmukainen hävittäminen auttaa ehkäisemään ympäristölle ja ihmisille koituvia haittavaikutuksia.

Takuu ja tuki

Jos tarvitset tietoa tai tukea, siirry osoitteeseen www.philips.com/support tai ota yhteyttä Philips-jälleenmyyjään. Voit myös ottaa yhteyttä oman maasi Philips-asiakaspalveluun (katso yhteystiedot kansainvälisessä takuulehtisessä).

Vianmääritys

Tähän osaan on koottu tavallisimmat laitteen käytössä ilmenevät ongelmat. Ellet löydä ongelmaasi ratkaisua seuraavista tiedoista, lue osoitteesta www.philips.com/support vastauksia usein kysyttyihin kysymyksiin tai ota yhteys maasi asiakaspalveluun.

Jos laite päivitetään muodostamalla siitä Wi-Fi-yhteys sovelluksen kanssa, tässä asiakirjassa olevat tiedot eivät ehkä ole ajan tasalla. Käyttöoppaan uusimman version löydät osoitteesta www.philips.com/support. Philips pitäättä itsellään oikeuden laitteen laiteohjelmiston päivittämiseen.

Yhteyden vianmääritys

Ongelma

Ratkaisu

En pysty lataamaan sovellusta matkapuhelimeeni.

Sovellus on saatavilla Android- ja iOS-matkapuhelimiin. Sovellus ei ole saatavilla Windows-puhelimiin.




En pysty yhdistämään Wake-Up Lightia kotini Wi-Fi-verkkoon. Mitä minun pitäisi tehdä?

Jos et pysty yhdistämään Wake-Up Lightia kotisi Wi-Fi-verkkoon ja näet tukiasematilan kuvakkeen vilkkuvan edelleen (📶), se voi johtua seuraavista ongelmista:

1. Väärä salasana. Varmista, että olet antanut Wi-Fi-verkon salasanan oikein, ja yritä uudelleen.
2. Pystyykö reitittimesi muodostamaan yhteyden Wake-Up Lightiin? Reitittimesi on tuettava 2,4 GHz:n kaistaa, jotta se pystyy kommunikoimaan laitteen kanssa. Kun suoritat määrittämisen ensimmäisen kerran, varmista, että sekä matkapuhelin että laite on yhdistetty samaan 2,4 GHz:n verkkoon. Muussa tapauksessa et pysty yhdistämään laitetta ja matkapuhelinta toisiinsa. Laite ei pysty muodostamaan yhteyttä 5 GHz:n verkkoon. Poista 5 GHz:n verkko tilapäisesti käytöstä yhdistääksesi laitteen 2,4 GHz:n verkkoon. Myöhemmin voit taas palata käyttämään 5 GHz:n verkkoa.
3. Tarkista Wi-Fi-yhteyden signaalinvoimakkuus. Jos signaali on heikko, laite ei pysty muodostamaan yhteyttä oikein. Siirrä laite lähemmäksi reititintä varmistaaksesi, että käytettävissä on hyvä Wi-Fi-signaali.

Jos ongelma ei ratkea toimimalla edellä annettujen ohjeiden mukaan, huomioi seuraavat asiat:

1. Palauta oletusasetukset painamalla paperiliittimen päällä laitteen (katso "Yleiskuvaus") takana olevaa palautuspainiketta. Tämä nollaus poistaa kaikki henkilökohtaiset asetukset.
2. Jos ongelma ei johdu edellä kuvatuista syistä, ota yhteyttä Philipsin kuluttajapalvelukeskukseen.

Ongelma	Ratkaisu
Connected Sleep & Wake-Up Lightia ei voi yhdistää Wi-Fi-vierasverkkoon.	Laitteen käyttöä vierasverkossa ei tueta. Ota laite käyttöön normaalissa Wi-Fi-verkossa.
Miten voin poistaa henkilökohtaiset Wi-Fi-asetukseni ja herätykseni connected Sleep & Wake-Up Lightista?	Palauta oletusasetukset painamalla paperiliittimen päällä laitteen (katso "Yleiskuvaus") takana olevaa palautuspainiketta.
Haluun yhdistää uuden älypuhelimeni connected Sleep & Wake-Up Lightiin. Mitä minun pitäisi tehdä?	Jos matkapuhelin on edelleen yhdistettynä Sleep & Wake-Up Lightiin, katkaise ensin yhteys laitteen "lisää"-välilehdessä valitsemalla "Unohtaa laite". Asenna sovellus uuteen matkapuhelimeen uudelleen. Ilmoita sovelluksessa, että olet jo asentanut connected Sleep & Wake-Up Lightin, ja toimi sovelluksen ohjeiden mukaan.
En pysty käyttämään sovellusta herätyksen asettamiseen tai connected Sleep & Wake-Up Lightin hallintaan.	Tarkista ensin, onko Sleep & Wake-Up Light yhdistetty Wi-Fi-verkkoon. Jos olet suorittanut Wi-Fi-yhteyden määrittämisen Philips SleepMapper -sovelluksella ja yhdistänyt laitteen tiettyyn Wi-Fi-verkkoon, sinun pitäisi nähdä laitteen päänäytön oikeassa yläkulmassa tasaaisesti palava Wi-Fi-symboli.  . Tarkista ensin, onko matkapuhelimesi ja reitittimesi otettu käyttöön. Jos näet laitteen näytössä käytöstä poistetun Wi-Fi-yhteyden kuvakkeen, ota  ensin Wi-Fi-toiminto käyttöön. - Matkapuhelimesi on saattanut muodostaa yhteyden toiseen Wi-Fi-verkkoon. Varmista, että matkapuhelimesi ja laitteesi on yhdistetty samaan kotisi Wi-Fi-verkkoon. Jos näet Wi-Fi-yhteysongelman kuvakkeen  , se voi johtua seuraavista ongelmista. 1. Tarkista kotisi Wi-Fi-verkon asetukset reitittimessä. On mahdollista, että universal Plug and Play (UPnP) -toimintoa ei ole otettu reitittimessäsi käyttöön. Ota tämä asetus reitittimessäsi käyttöön. 2. Tarkista Wi-Fi-yhteyden signaalivoimakkuus. Jos signaali on heikko, laite ei pysty muodostamaan yhteyttä oikein. Siirrä laite lähemmäksi reitittintä varmistaaksesi, että käytettävissä on hyvä Wi-Fi-signaali. 3. Olet mahdollisesti vaihtanut kotisi Wi-Fi-verkon salasanan tai asentanut uuden reitittimen. Jos ongelma ei ratkea toimimalla edellä annettujen ohjeiden mukaan, huomioi seuraavat asiat: 1. Palauta oletusasetukset painamalla paperiliittimen päällä laitteen (katso "Yleiskuvaus") takana olevaa palautuspainiketta. Tämä nollaus poistaa kaikki henkilökohtaiset asetukset. 2. Jos ongelma ei johdu edellä kuvatuista syistä, ota yhteyttä Philipsin kuluttajapalvelukeskukseen.

Ongelma	Ratkaisu
Minulla on uusi reititin/Wi-Fi-salasana/Wi-Fi-verkko, ja haluan yhdistää connected Sleep & Wake-Up Lightin siihen. Mitä minun pitäisi tehdä?	Muodosta yhteys uudelleen toimimalla seuraavien ohjeiden mukaan: 1. Siirry SleepMapper-sovelluksessa More (Lisää) -välilehteen, napsauta View device details (Näytä laitteen tiedot) -vaihtoehtoa ja valitse Forget device (Unohda laite). 2. Paina Sleep & Wake-Up Lightin asetusvalikossa Wi-Fi-kuvaketta 8 sekunnin ajan. Näet tukiasematilan kuvakkeen (📶) näytössä. 3. Avaa sovellus uudelleen, siirry More (Lisää) -välilehteen ja valitse Add a new device (Lisää uusi laite). Noudata sovelluksen ohjeita.

Yleinen vianmääritys

Ongelma	Ratkaisu
Näytössä oleva kuvake tai laitteessa oleva merkkivalo ei reagoi, kun yritän asettaa eri toimintoja.	1. Irrota laite virtalähteestä irrottamalla verkkolaite pistorasiasta. Odota 10 sekuntia ja liitä laite uudelleen. Käynnistä laite uudelleen. 2. Jos laitteen uudelleenkäynnistys ei onnistu, palauta oletusasetukset painamalla paperiliittimen päällä laitteen takana olevaa palautuspainiketta (katso "Yleiskuvaus"). Huomaa, että kaikki henkilökohtaiset asetukset (kuten asetetut herätykset) poistetaan, kun oletusasetukset palautetaan. Jos laite ei vielääkään toimi, ota yhteyttä Philipsin kuluttajapalvelukeskukseen.
Lamppu ei sammu, kun herätys kytketään pois käytöstä.	Olet ehkä asettanut liian matalan valotehotason. Lisää herätysprofiilisi valotehotasoa. Olet ehkä poistanut herätystoiminnon käytöstä. Näytössä näkyy herätyskuvake, kun herätys on käytössä.
Lamppu ei syty heti, kun sen virta kytketään.	Lampun syttyminen voi kestää asetetusta valotehotasosta riippuen 1–5 sekuntia.
Herätysääntä ei kuulu, kun herätys käynnistyy.	Olet ehkä asettanut liian matalan äänenvoimakkuustason. Voit asettaa korkeamman äänitason lisäämällä herätyksen äänenvoimakkuustasoa herätysprofiilissa. Näet herätyksen asettamisen jälkeen ensin herätyskäyrän valon. Herätysääni alkaa kuulua vasta asetettuna herätysaikana. Voit muuttaa herätysvalon käyrää. Jos olet valinnut herätysääneksi FM-radion, tarkista FM-radion toiminta avaamalla FM-radio, kun olet kytkenyt herätyksen pois käytöstä. Tarkista, onko FM-radio viritetty radiokanavalle oikein. Säädä taajuutta tarpeen mukaan. Jos radio ei vielääkään toimi, ota yhteyttä Philipsin kuluttajapalvelukeskukseen.
FM-radio ei toimi tai sen ääni rätisee.	Tarkista, onko FM-radio viritetty radiokanavalle oikein. Säädä taajuutta tarpeen mukaan. Muuta antennin asentoa liikuttamalla sitä ympäriinsä. Varmista, että antenni on vedetty kokonaan esille. Lähetysignaali saattaa olla heikko. Säädä taajuutta ja/tai muuta antennin asentoa liikuttamalla sitä ympäriinsä. Varmista, että antenni on vedetty kokonaan esille.


Ongelma	Ratkaisu
Herätys toimi eilen, mutta ei tänään.	Olet saattanut kytkeä herätystoiminnon pois käytöstä tai asettaa herätyksen tietyksi päiväksi. Näytössä näkyy herätyskuvake, kun herätykseen on aikaa alle 24 tuntia. Philips SleepMapper -sovelluksessa voit asettaa herätykset eri tavoin, ehkä herätystä ei ole asetettu oikein. Tarkista, oletko asettanut herätyksen sovelluksessa oikein. Varmista, että laitteesi ja sovellus on yhdistetty samaan kotisi Wi-Fi-verkkoon, kun asetat herätyksen.
Herätys ei käynnistynyt uudelleen 9 minuutin kuluttua, vaikka aktivoiti torkkuherätyksen.	Olet ehkä vahingossa painanut näytössä  olevaa kuvaketta hylätäksesi herätyksen. Tällöin herätyksen aktivointi poistetaan kyseisen päivän ajaksi. Voit siirtää herätystä napauttamalla laitteen yläosaa.
Valo herättää liian aikaisin tai liian myöhään.	Valitsemasi valoteho ei ehkä ole sinulle sopiva. Kokeile alhaisempaa valotehoa, jos heräät liian aikaisin, tai korkeampaa valotehoa, jos heräät liian myöhään. Voit muuttaa myös herätysvalon käyrää. Jos valoteho 1 ei ole riittävän alhainen, siirrä laitetta kauemmas sängystä. Jos valoteho ei riitä herättämään sinua, varmista, että laitteen valon tiellä ei ole mitään, ja että laite on lähellä.
En pysty ottamaan yövalotoimintoa käyttöön tai poistamaan sitä käytöstä.	Varmista, että napautat laitteessa oikeaa kohtaa (ylä- tai takaosaa).
En pysty suoratoistamaan musiikkia USB-portin kautta.	USB-portti on tarkoitettu vain matkapuhelimen lataamiseen. Sen kautta ei voi suoratoistaa musiikkia connected Sleep & Wake-Up Lightiin.
AUX-liitäntä ei toimi oikein.	Yritä asettaa matkapuhelimen äänenvoimakkuustaso korkeammaksi tai matalammaksi. Säädä tarvittaessa myös laitteen äänenvoimakkuutta.
Laitteesta kuuluu yllättäen merkkiäni.	Varaerätys käynnistyi. Näin voi tapahtua jopa 8 tuntia virran katkaisemisen jälkeen, jos on asetetun herätyksen aika. Herätysääni lakkaa automaattisesti noin 1 minuutin kuluttua. Voit vaimentaa herätysäänen myös välittömästi käynnistämällä laitteen hetkeksi. Jos haluat estää varaerätyksen käynnistymisen verkkolaitteen ollessa irrotettuna (esimerkiksi silloin, kun laite on säilytyksessä), poista herätykset käytöstä ennen laitteen sammuttamista.

Tekniset tiedot


Verkkolaite

Valmistaja	PHILIPS
Tyyppinumero	HF20
Nimellistulojännite	100 – 240 V AC
Nimellistulotaajuus	50 / 60 Hz
Nimellislähtöjännite	24,0 V DC

226 Suomi

Nimellislähtövirta	0,75 A
Nimellislähtöteho	18,0 W
Kuormittamaton teho	< 0,1 W
Tehokkuusluokka	VI
Turvallisuusluokitus	Luokan II virtalähde 
Mitat (korkeus x leveys x syvyys)	35 x 78 x 66 mm
Paino	Noin 0,12 kg
Johdon pituus	Noin 150 cm

Päälaite

Valmistaja	PHILIPS
Tyypinnumero	HF3670, HF3671, HF3672
Nimellistulojännite	24 V DC
Nimellistulovirta	0,75 A
Nimellinen ottoteho	18 W
Laitteen virrankulutus valmiustilassa (päälaite + verkkolaite)	< 2 W (Wi-Fi käytössä ja näyttö enimmäiskirkkausasetuksella) < 1 W (Wi-Fi poistettu käytöstä ja näyttö enimmäiskirkkausasetuksella) < 0,5 W (Wi-Fi poistettu käytöstä ja näyttö sammutettuna)
Ehdot: yöllä (12 tuntia, 0 luksia), päivällä (12 tuntia, 500 luksia), kaikki toiminnot keskeytetty	
Turvallisuusluokitus	Luokan III valaisin 
Mitat (korkeus x leveys x syvyys)	Noin 225 x 220 x 120 mm
Paino	Noin 0,78 kg
Portit	
USB-lataus	5 V DC, 1 A
AUX-liitännän herkkyys	280 mV
Vaalea	
Valovirta (taso 1 – 25)	Noin 1 luksia – 350* luksia 45 cm:n etäisyydeltä *vaihtelee mallikohtaisesti
Valon väri (taso 1 – 25)	Noin 1 500 K– 2 800 K
FM	

FM-radiotaajuuskaista	87,5 MHz – 108,0 MHz
-----------------------	----------------------

Wi-Fi

Toimintataajuus (kanavat 1 – 13)	2 412 MHz – 2 472 MHz
----------------------------------	-----------------------

Modulaatiotyyppi	IEEE 802.11b, 802.11g, 802.11n
------------------	--------------------------------

RF-lähtöteho	Enintään 20 dBm
--------------	-----------------

AmbiTrack-tunnistimet

Valotunnistin	0 luksia – 2 500 luksia
---------------	-------------------------

Lämpötilan ilmaisin	0 °C – 50 °C
---------------------	--------------

Kosteuden ilmaisin	0 % – 100 % (suhteellinen kosteus)
--------------------	------------------------------------

Äänenpainetunnistin	30 – 70 dBA
---------------------	-------------

Käyttöolosuhteet

Lämpötila	5 °C – 35 °C
-----------	--------------

Suhteellinen kosteus	20 % – 90 % (ei tiivistymistä)
----------------------	--------------------------------

Ilmanpaine	86 kPa – 106 kPa
------------	------------------

Säilytysolosuhteet

Lämpötila	-20 °C – 50 °C
-----------	----------------

Suhteellinen kosteus	20 % – 90 % (ei tiivistymistä)
----------------------	--------------------------------

Ilmanpaine	86 kPa – 106 kPa
------------	------------------

Avoimen lähdekoodin ja kolmansien osapuolten ohjelmistot

Avoimen lähdekoodin ohjelmiston ja kolmannen osapuolen kaupallisen ohjelmiston käyttöoikeussopimuksen kopio löytyy sivustosta

www.philips.com/support

Tee tuotteen teknisten asiakirjojen sivulla haku laitenumeroilla HF3670, HF3671, HF3672, HF3650, HF3651, HF3652, HF3653 tai HF3654.

Innehåll

Inledning	229
Allmän beskrivning	229
Avsedd användning	229
Sleep & Wake-Up-Lights effekter	229
Viktig säkerhetsinformation	230
Säkerhet och efterlevnad	231
Elektromagnetiska fält (EMF)	232
Interaktiva menysymboler	232
Ansluta apparaten till Wi-Fi	232
Navigera på menyn	234
Ställa in väckningsprofiler	235
Tid + larm-backup	236
Snooze	236
Avvisa larmet	236
Använda apparaten som sänglampa	237
Nattbelysning	237
Inställningar	237
Lyssna på musik	239
Avkopplingsprogram	240
Solnedgångssimulering	240
RelaxBreathe	241
Funktion för läggdags	242
Ladda mobiltelefonen	242
Rengöring och förvaring	242
Återvinning	243
Garanti och support	243
Felsökning	243
Specifikationer	247
Programvara med öppen källkod och programvara från tredje part	249

Inledning

Grattis till ditt inköp och välkommen till Philips! Få ut mesta möjliga av den support Philips erbjuder genom att registrera din produkt på www.philips.com/welcome.

Philips SmartSleep anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampa hjälper dig att vakna på ett behagligare sätt. Ljuset förbereder försiktigt din kropp för att vakna vid den inställda tiden och kan kombineras med väckningsljud eller FM-radio.

Den ljusstyrda andningsfunktionen, de personliga ljusinställningarna, spårningen av sovrumsmiljön och flera andra funktioner gör den anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampan perfekt för sovrummet.

Tips! Om du använder Philips-appen SleepMapper får du ännu fler funktioner. Funktionerna beskrivs i appen.

Om du har uppdaterat apparaten genom att ansluta den till Wi-Fi med hjälp av appen kan det hända att det här dokumentet inte är aktuellt. Den senaste användarhandboken hittar du på www.philips.com/support genom att söka efter apparatens typnummer.

Allmän beskrivning

De siffermärkta artiklarna i den här listan refererar till de siffermärkta artiklarna i översikt bilden.

- 1 Lamphölje
- 2 Teckenfönster
- 3 Ljudtryckssensor
- 4 USB-laddningsport
- 5 Återställningsknapp
- 6 Radioantenn
- 7 AmbiTrack-sensor: Sensor för luftfuktighet och temperatur
- 8 Extrauttag (AUX)
- 9 Adapterns DC-uttag
- 10 Högtalare
- 11 Snooze/nattbelysning
- 12 Adapter
- 13 Liten kontakt

Avsedd användning

Philips SmartSleep Connected Sleep & Wake-Up Light är utformad för att ge dig ett mer naturligt uppvaknande som gör att du känner dig utvilad och för att ge en avslappnande känsla innan du somnar.

Det här är inte en produkt för allmänbelysning.

Sleep & Wake-Up-Lights effekter

Philips SmartSleep Connected Sleep & Wake-Up Light förbereder varsamt din kropp på att vakna under sömnens sista 30 minuter. Tidigt på morgonen är våra

ögon mer känsliga för ljus än när vi är vakna. Under den tiden förbereds kroppen på att vakna av de relativt låga ljusnivåer som en simulerad soluppgång ger.

Personer som använder apparaten vaknar lättare, har generellt sett ett bättre morgonhumör och känner sig mer energiska. Eftersom ljuskänsligheten varierar från person till person kan du ställa in ljusstyrkan på Sleep & Wake-Up-lampan på en nivå som överensstämmer med din ljuskänslighet, så att du får bästa möjliga start på dagen.

Placera sömn- och väckningslampan ca 40 – 50 cm från ditt huvud på en platt och stabil yta på ditt natteduksbord för att få tillgång till den anslutna apparatens fulla effekt.

Mer information om den anslutningsbara Sleep & Wake-Up Light finns på www.philips.com.

Viktig säkerhetsinformation

Läs den här viktiga informationen noggrant innan du använder apparaten och spara sedan informationen för framtida bruk.

Fara



- Vatten och elektricitet är en farlig kombination! Använd inte apparaten i våta miljöer (t.ex. i badrummet eller nära duschar och simbassänger).
- Blöt inte ned adaptern.
- Apparaten ska endast användas inomhus.
- Låt inte vatten komma in i apparaten och spill inte vatten på den.
- Sänk inte ned apparaten i vatten och skölj den inte under kranen.
- Ställ inte något i närheten av apparaten som kan orsaka att vatten eller annan vätska droppar eller stänker på apparaten.
- Adaptern innehåller en transformator, som omvandlar en osäker 100 V – 240 V AC nätspänning till en säker 24 V DC lågspänning. Modifiera inte adaptern med någon annan typ av kontakt, eftersom det kan medföra risker.

Varning

- Använd aldrig apparaten om lampans hölje är skadat, trasigt eller saknas.
- Om adaptern, sladden eller apparaten har skadats på något sätt, vätska har spillts eller föremål har fallit in i och/eller på apparaten, apparaten har utsatts för regn eller fukt, inte fungerar normalt eller har tappats eller skadats, ska inte apparaten användas.
- Om du någon gång under användning av RelaxBreathe vid andningsövning känner dig obekvämt går du bara tillbaka till att andas normalt.
- Apparaten får endast användas tillsammans med den medföljande adaptern.
- Om adaptern är skadad ska den alltid ersättas med en adapter av originaltyp för att förhindra farliga situationer.

- Apparaten är inte avsedd för användning av personer (inklusive barn) med olika funktionshinder, eller av personer som inte har kunskap om hur apparaten används, om de inte övervakas eller får instruktioner angående användning av apparaten av en person som är ansvarig för deras säkerhet.
- Rådfråga läkare innan du börjar använda apparaten om du har lidit eller lider av en depression.
- Använd inte apparaten som ett sätt att minska antalet timmar du sover. Syftet med apparaten är att hjälpa dig vakna lättare. Den minskar inte ditt sömnbehov.

Varning!

- Kontrollera att den spänning som anges på apparaten överensstämmer med den lokala spänningen innan du ansluter apparaten.
- Skydda elkabeln så att den inte blir trampad på eller kommer i kläm, särskilt intill kontakter, vägguttag och precis vid lamphöljet.
- Använd inte adaptern i eller nära vägguttag där det finns en elektrisk luftrenare eftersom detta kan ge upphov till permanenta skador på adaptern.
- Tappa inte apparaten i golvet, slå inte hårt på den eller utsätt den inte för andra kraftiga stötar.
- Placera apparaten på en stabil, plan och halkfri yta.
- Förhindra inte avkylning av apparaten genom att täcka apparaten med t.ex. filter, gardiner, kläder, papper etc.
- Använd inte apparaten vid rumstemperaturer under 5 °C eller över 35 °C.
- Apparaten har ingen strömbrytare. Dra ut adaptern ur vägguttaget om du vill koppla bort apparaten. Adaptern och vägguttaget måste alltid vara lättåtkomliga.
- Apparaten är endast avsedd för hushållsbruk och liknande användning, t.ex. på hotell.
- Inga öppna flamskällor, t.ex. tända ljus, ska placeras på apparaten.
- Lysdioderna inuti Wake-Up Light kan inte bytas ut. När de inte fungerar längre ska hela Wake-Up Light bytas ut.

Allmänt

- Om du ofta vaknar för tidigt eller med huvudvärk minskar du ljusintensitetsnivån och/eller tiden för soluppgångssimulering.
- Om du ofta vaknar av larmljudet ökar du ljusintensitetsnivån eller tiden för soluppgångssimulering.
- Om du delar sovrum med någon kanske den personen oavsiktligt vaknar av ljuset från apparaten, trots att personen befinner sig längre ifrån apparaten. Det beror på skillnader i ljuskänslighet mellan olika personer.
- Apparatus strömförbrukning är som lägst när det inte finns någon enhet ansluten till USB-porten och när lampan, radion, skärmen och Wi-Fi är avstängda.

Säkerhet och efterlevnad

Den här apparaten uppfyller säkerhetskraven i EU för:

- IEC 60598: Ljusarmaturer.
- IEC 62471: Fotobiologisk säkerhet hos lampor och lampsystem.
- IEC 62368: IT- och multimedia-utrustning.

Elektromagnetiska fält (EMF)

Den här Philips-apparaten uppfyller alla tillämpliga standarder och regler gällande exponering av elektromagnetiska fält.

Interaktiva menysymboler

 Väckningsprofil/Larm	 Ljusintensitet och ljus på/av	 Gå tillbaka till en högre nivå i menyn
 Inställningar	 Ljud	 Bekräfta och spara inställning
 Avkopplingsprogram	 AUX-uttag	 Radio
 Aktivera Wi-Fi	 Inaktivera Wi-Fi	 Ändra inställningar för larm
 Visa inställningar och visa ljusstyrka	 Välj naturligt ljud	 Stänga av larm
 Aktivera tidsgräns för bildskärm	 Inaktivera tidsgräns för displayen	 Inaktivera larm
 Aktivera knappljud	 Inaktivera knappljud	 Vägledning med ljus eller ljud
 Solnedgångssimulering	 Väckningsprofilens varaktighet	 Ta bort väckningsprofil
 Veckodagar	 RelaxBreathe	 RelaxBreathe-rytm
 Välj veckodag	 Ta bort veckodag	 Programmets varaktighet
 Starta läggdags	 Starta program	 Stoppa program

Ansluta apparaten till Wi-Fi

Om du har uppdaterat apparaten genom att ansluta den till Wi-Fi med hjälp av appen kan det hända att det här dokumentet inte är aktuellt. Du hittar den senaste användarhandboken på www.philips.com/support. Philips förbehåller sig rätten att uppdatera apparatens inbyggda programvara.





Enkel konfigurering av Wi-Fi



Hämta Philips SleepMapper-appen från Google play eller App Store till din mobiltelefon. Läs informationen i Google Play eller App Store för att kontrollera om din mobiltelefon är kompatibel med appen. Du kan enkelt konfigurera Wi-Fi-anslutningen till din anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampa.

Konfigureringen för att installera din anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampa och för att ansluta till ditt Wi-Fi-nätverk hemma behöver endast utföras en gång. Konfigureringen tar ungefär 5–10 minuter.

Inställningsguiden för den anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampan

- 1 När du använder din anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampa för första gången startar en inställningsguide i apparaten.
- 2 Fortsätt i appen efter att du har valt språk på apparatens skärm. Kontrollera att appen är öppen i din mobiltelefon.
- 3 Följ anvisningarna i appen för att ansluta din apparat till Wi-Fi-nätverket. Om du har problem med att ansluta apparaten kan du läsa supportavsnittet i appen eller artiklarna som nämns i felsökningsavsnittet i den här användarhandboken (se "Felsökning").
 - Om du tidigare valde att ställa in din apparat utan appen, men nu vill ansluta apparaten till appen, tryck på Wi-Fi-symbolen  i apparatens inställningsmeny. Symbolen för åtkomstpunktsläge  visas på displayen. Anslut genom att öppna appen i mobiltelefonen.
 - Om du har ändrat Wi-Fi-nätverk hemma eller har ändrat lösenordet trycker du på Wi-Fi-symbolen  i apparatens inställningsmeny i 8 sekunder. Symbolen för åtkomstpunktsläge  visas på displayen. Anslut genom att öppna appen i mobiltelefonen.

Symbolen för problem med Wi-Fi-anslutningen visas på skärmen om det inte går att upprätta en anslutning. Se felsökningsavsnittet för att åtgärda problemet.

Obs! Appen i din mobiltelefon och din anslutningsbara Sleep & Wake-Up Light kan ENBART kommunicera med varandra när båda apparaterna är anslutna till samma Wi-Fi-nätverk. Om så inte är fallet kan du inte fjärrstyra apparaten via appen (t.ex. ställa in ett larm).

AmbiTrack-sensorer

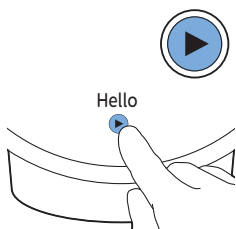
Den anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampan hämtar information från omgivningen via AmbiTrack-sensorer. AmbiTrack-sensorer mäter ljus, luftfuktighet, temperatur och ljudtryck. Dessa faktorer kan påverka din sömn. Det är bara i appen du kan se informationen om rekommenderade värden för idealiska sömnförhållanden. Sensorernas mätningar kan påverkas av apparatens omgivning. Om du exempelvis placerar apparaten i närheten av ett fönster eller en värmekälla såsom ett element kan det hända att värdena från temperatur- och luftfuktighetssensorerna inte motsvarar värdena för hela rummet.

Ställa in apparaten utan appen

Du kan ställa in den anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampan utan appen. Innan du använder apparaten måste du först slutföra inställningsguiden i apparaten. Du kan ansluta apparaten till appen senare.

Vi rekommenderar starkt att du ställer in apparaten med SleepMapper-appen för att få alla funktioner som appen kan erbjuda.

- 1 Starta inställningsguiden genom att trycka på startsymbolen på apparatens skärm.
- 2 Du kommer att guidas genom inställningsguiden på apparaten, där du gör dina inställningar samt ställer in en väckningsprofil och ett avkopplingsprogram.



Obs! Väckningsprofilen och avkopplingsprogrammet kan ställas in senare. Hoppa över dessa inställningar genom att trycka upprepade gånger på pilen. Vi rekommenderar dock att du ställer in din väckningsprofil och ditt avkopplingsprogram under den här inställningsproceduren. Detta kan hjälpa dig att utforska apparatens olika funktioner.

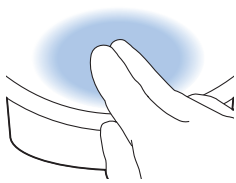
Navigera på menyn

Om du har ställt in apparaten med hjälp av SleepMapper-appen eller via inställningsguiden (se "Ställa in apparaten utan appen") i apparaten kommer du att se menyn som beskrivs i följande avsnitt.

På apparatens display kan du välja och ställa in väckningsprofil, sänglampa, inställningar, ljud (källa) och avkopplingsprogram.



Obs! Om displayen är tom kan du föra handen mot den nedre delen av apparaten för att visa displaymenyn. Du kommer att se menysymbolerna.



Bekräfta och spara inställningarna

Alla anpassade inställningar och profiler sparas permanent i minnet. Du kan när som helst ändra dem. Bekräfta och spara önskad profil eller ändrad inställning i valfri meny genom att trycka på kryssrutesymbolen.

Obs! Dina personliga inställningar och profiler försvinner inte när du kopplar ur adaptorn från eluttaget.



Ställa in väckningsprofiler



I apparatens väckningsprofil kan du ställa in larmtid, maximal ljusstyrka och typ av väckningsljud. Du kan totalt ställa in två olika väckningsprofiler i apparatens meny. Med hjälp av SleepMapper-appen kan du ställa in fler väckningsprofiler.

Obs! Den inställda larmtiden visas på apparatens huvuddisplay om ett larm har ställts in.

Obs! Håll larmsymbolen i huvudmenyn intryckt om du vill inaktivera alla inställda larm samtidigt.



1 Du kan växla mellan de två olika väckningsprofilerna i apparaten med hjälp av pilsymbolerna < >.

2 Om du vill inaktivera larmet trycker du på symbolen för att inaktivera larm ☒.



3 Öppna inställningsmenyn för larmprofil genom att trycka på symbolen för larminställningar ⚙️.

Larmtid och dag



I den här menyn kan du ändra tiden genom att trycka på + eller -. Larmet upprepas automatiskt varje dag.



Du kan välja vilka dagar du vill att larmet ska aktiveras

1 Tryck på kalendersymbolen 📅.



2 Veckodagarna indikeras med hjälp av veckodagens första bokstav. När ett larm är aktiverat lyser bokstaven upp. Du kan växla mellan veckodagarna med hjälp av pilsymbolerna.



3 Om du vill inaktivera larmet för en viss dag, tryck på ☉. När en specifik dag är inaktiv visas bokstaven för den dagen endast svagt.

Väckningsprofilens ljusstyrka



Lampan i apparaten simulerar en soluppgång. Liksom en soluppgång ökas lampans ljusstyrka gradvis. Under denna väckningskurva ändras färgen på ljuset från mjukt rött till varmt orange och sedan till klargult.



Tryck på ☀️-symbolen på displayen för att välja en av 25 ljusstyrkenivåer.



Väckningsprofilens varaktighet





Standardtiden för väckningskurvan (ökning av ljusstyrkan till högsta inställda ljusstyrkan) är 30 minuter. Varaktigheten kan ändras enligt dina önskemål genom att du trycker på symbolen på apparaten.

Typ av ljud





Om du vill ställa in ljudet för väckningsprofilen kan du trycka på den här symbolen för att öppna ljudmenyn.



- 1 Tryck på växlingssymbolen  för att välja ett av de tre ljudalternativen: naturliga ljud, radio eller inget ljud.
- 2 Tryck på symbolen för naturliga ljud  för att välja ett av de naturliga ljuden eller tryck på radiosymbolen  för att välja en av de förinställda radiokanalerna.
- 3 Du kan ställa in volymen med hjälp av högtalarsymbolen .

Ta bort en väckningsprofil



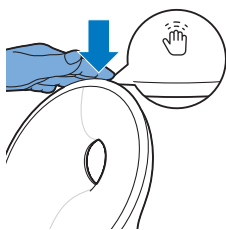
Om du vill ändra larmet trycker du på den här symbolen . Om du vill ta bort en väckningsprofil trycker du på .

Tid + larm-backup

Vid ett eventuellt strömbrott fungerar inte alla funktioner i apparaten, inte heller skärmen. Den interna klockan och ett reservlarm förblir dock aktiva i minst 8 timmar.

Om larmet ska aktiveras under strömbrottet kommer ett reservlarm att starta och avge ett pipljud i ca 1 minut.

Snooze



När väckningskurvan har avslutats (när den inställda maximala ljusintensiteten har uppnåtts) och larmljudet aktiveras kan du trycka ovanpå apparaten för att använda snooze-funktionen.

Lampan fortsätter lysa men larmljudet är avstängt. Du kan justera varaktigheten för snooze-funktionen i appen. Standardvaraktigheten för snooze är 9 minuter. Larmljudet aktiveras igen efter 9 minuter.

Obs! Ljuset och ljudet stängs av automatiskt 60 minuter efter larmtiden har gått ut eller 60 minuter efter den sista snooze-åtgärden.

Avvisa larmet




När väckningskurvan är aktiv eller om larmet går kan du stänga av det genom att trycka på den här symbolen på apparaten. Om du avvisar larmet inaktiveras larmprofilen för den dagen.

Använda apparaten som sänglampa

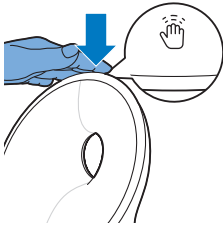


Du kan använda den anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampan som sänglampa.

Tryck på symbolen  för sänglampa på displayen för att tända sänglampan.

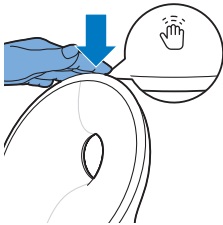
Obs! Du kan öka eller minska ljusstyrkan. Du kan välja en ljusstyrka på mellan 1 (låg) och 25 (hög). Standardinställningen för ljusstyrkan är 20.

Släck lampan genom att trycka på korssymbolen i menyn.



Tips! När lampan är tänd kan du även släcka den genom att trycka en gång ovanpå apparaten. Alla aktiva program stoppas. Inställda larm förblir aktiva.

Nattbelysning



Om du vaknar under natten kan du trycka ovanpå apparaten för att aktivera en dämpad belysning. Det dämpade, diskreta orangefärgade ljuset ger tillräckligt med ljus för att du ska hitta i mörkret. Du kan stänga av nattbelysningen genom att trycka en gång till ovanpå apparaten.

Obs! Nattbelysningen kan inte aktiveras direkt när huvudlampan redan är tänd. I det här fallet trycker du först ovanpå apparaten för att inaktivera nattbelysningen. Tryck sedan igen på apparaten för att aktivera nattbelysningen.

Inställningar



Tryck på inställningssymbolen för att öppna inställningsmenyn.

Obs! Om du vill öppna en ny meny kan du trycka på symbolen för inställningar i 8 sekunder. Du kan välja läget VERSION (apparatens inbyggda programvara) eller DEMO (accelererad väckningskurva).



I inställningsmenyn kan du ändra klocktid (när Wi-Fi är inaktiverat), knappljud och apparatens ljusstyrka samt aktivera eller inaktivera Wi-Fi.

Tid



Tryck på den här symbolen om du vill öppna tidsmenyn.



I den här menyn kan du ändra tiden genom att trycka på + eller –.

Tryck på tidsnoteringssymbolen för att växla mellan 12-timmarsklocka och 24-timmarsklocka.

Obs! Det här alternativet är inte tillgängligt när apparaten är ansluten till Wi-Fi.

Wi-Fi



Aktivera eller inaktivera Wi-Fi genom att trycka på Wi-Fi-symbolen. När Wi-Fi är inaktiverat implementeras inte uppdateringar i appen förrän Wi-Fi-anslutningen är återupprättad.

Obs! Tryck på Wi-Fi-symbolen i cirka 8 sekunder för att återgå till åtkomstpunktsläget. Öppna åtkomstpunktsläge när du vill ansluta din apparat till ett annat Wi-Fi-nätverk eller om du har ändrat ditt Wi-Fi-lösenord.



Om du råkar aktivera åtkomstpunktsläget av misstag trycker du på Wi-Fi-symbolen på Wi-Fi-menyn två gånger för att aktivera Wi-Fi igen. Din anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampa kommer ihåg vilket nätverk du har varit ansluten till.

Knappljud



Om du inte vill höra klickljud när du trycker på en symbol kan du trycka på symbolen för knappljud för att stänga av ljudet. Du hör ett klickljud som en bekräftelse. Om du vill återaktivera knappljudet kan du trycka på den här symbolen .

Displayinställningar



Tryck på symbolen för displayinställningar i inställningsmenyn för att ställa in displayinställningarna.



I den här menyn kan du ändra displayens ljusstyrka och välja tidsgräns för displayen.

Displayens ljusstyrka

Du kan ändra skärmens ljusstyrka från nivå 1 till nivå 6 med hjälp av plus- och minussymbolerna. Välj den nivå som är bäst för dig för att kunna se displayen nattetid. Apparaten ändrar nivån på ljusstyrkan automatiskt allt eftersom omgivningsljuset ändras i sovrummet.



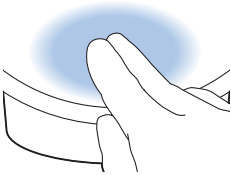
Tidsgräns för display

Om du inte vill att apparaten ska avge något ljus, inte ens från tidsangivelsen, trycker du på displayens symbol för tidsgräns för att släcka displayen helt. Displayen stängs av gradvis ett par sekunder efter att du har tryckt på symbolen.

Om du inte rör displayen på en stund i en meny återgår den normalt till att endast visa tid och status. När displayens tidsgräns är aktiverad visas ingen tidsangivelse.

Tryck på symbolen för inaktivering av displayens tidsgräns för att aktivera displayen igen.

Tips! Om du vill se hur mycket klockan är eller välja en funktion medan displayens tidsgräns är aktiverad kan du placera handen nära displayen för att aktivera den i ett par sekunder.



Lyssna på musik



Tryck på ljudsymbolen för att välja valfri ljudkälla.

Tips! Du kan aktivera eller inaktivera ljudet via menyn genom att hålla ljudsymbolen intryckt.



I ljudmenyn kan du välja radio eller att spela din egen musik genom att ansluta en musikspelare till AUX-uttaget.

Tips! Om du har på radion eller musik kan du även stänga av ljudet genom att trycka en gång ovanpå apparaten. Alla aktiva program stoppas. Inställda larm förblir aktiva.

Lyssna på radio



Du kan lyssna på FM-radio med Sleep & Wake-Up Light. Om du har valt radiofunktionen i ljudmenyn visas den valda radiokanalen. Du kan ändra radiokanalernas frekvens manuellt genom att välja FM-frekvens för en annan radiokanal.

Tips! Se till att antennen är helt utlindad och flytta runt den tills du får den bästa mottagningen.



Du kan förinställa 5 radiokanaler. Välj radiokanal genom att använda symbolen för att ställa in FM-frekvens (📶). Tryck och håll ned den dubbla pilknappen för att automatiskt söka efter nästa radiokanal.

När du har ställt in en radiokanal kan du enkelt lägga till en annan förinställd radiokanal med hjälp av växlingssymbolen (↔️). Med denna process kan du förinställa 5 radiokanaler.

Ställ in volymen med hjälp av högtalarsymbolen (🔊).

Musik via extrauttaget (AUX)



Du kan använda den anslutningsbara Sleep & Wake-Up Light som en högtalare genom att ansluta en musikspelare (t.ex. din mobiltelefon) till AUX-uttaget.

Om ljudet inte är tillräckligt högt när du har ställt in apparaten på högsta volym kan du höja volymen på din musikspelare.

Om ljudet är för högt eller förvrängt när du har ställt in apparaten på låg volym kan du sänka volymen på din musikspelare.

Obs! Du behöver en AUX-kabel för att koppla den anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampan till en musikspelare.

Obs! Du kan inte vakna till musik från en enhet som är ansluten till AUX-uttaget.

Avkopplingsprogram



Välj önskat avkopplingsprogram genom att trycka på symbolen för avkopplingsprogram.



Apparaten har två avkopplingsprogram som hjälper dig att slappna av innan du somnar: solnedgångssimulering och RelaxBreathe.

Du kan inaktivera det aktiva avkopplingsprogrammet genom att trycka ovanpå apparaten.

Du kan även aktivera eller inaktivera funktionen för läggdags i den här menyn.

Solnedgångssimulering




Vid solnedgångssimulering minskar lampans ljusstyrka gradvis med färger som växlar från ljusgult till varmt orange till mjukt rött.



Öppna inställningsmenyn för solnedgångssimulering genom att trycka på symbolen för solnedgångssimulering.



Starta solnedgångssimulering genom att trycka på spela upp. Tryck på stoppa  eller tryck lätt ovanpå apparaten för att stoppa programmet.



Använd den här symbolen för att ställa in solnedgångssimuleringens varaktighet. Du kan välja en varaktighet på 5, 10, 15, 20, 30 eller 45 minuter.



Du kan ändra ljusstyrkan på solnedgångssimuleringen med hjälp av ljussymbolen.



Tryck på ljudsymbolen om du vill ställa in ett ljud som tonar bort under solnedgångssimuleringen.



Välj ett av de tre ljudalternativen genom att trycka på växlingssymbolen (☺): naturliga ljud, radio eller inget ljud. Du kan även spela din egen musik genom att ansluta en musikspelare till AUX-uttaget.

Välj ett av de naturliga ljuden genom att trycka på symbolen för naturligt ljud (☺).

Du kan ställa in den initiala volymen med hjälp av högtalarsymbolen (🔊).

RelaxBreathe



RelaxBreathe använder en magandningsteknik som grund för andningsprogrammet. Du kan välja ett av andningsprogrammen som styrs av ljus eller ljud. Kombinationen av magandningsövningen och vägledningen i den anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampan hjälper dig att varva ned och känna dig avslappnad.



Öppna inställningsmenyn för RelaxBreathe genom att trycka på RelaxBreathe-symbolen.



Starta RelaxBreathe-sessionen genom att trycka på Spela upp. Stoppa RelaxBreathe genom att trycka på stoppa (■) eller tryck lätt ovanpå apparaten.



Tryck på den här symbolen för att ställa in avkopplingsprogrammets varaktighet. Du kan välja en varaktighet på 5, 10 eller 15 minuter.



Du kan välja ett av sju avkopplingsprogram med förinställda andningsrytmer. Varje avkopplingsprogram har olika andningsrytmer. Programmet "4 andetag" är förinställt på 4 andetag per minut. Programmet "5 andetag" är förinställt på 5 andetag per minut. Vart och ett av följande program har ytterligare ett andetag per minut. Det sista programmet (10 andetag) är förinställt på 10 andetag per minut.



Under det valda avkopplingsprogrammet kan du välja ljud eller ljus som vägleder dig. Följ ljuset eller ljudet när du andas in och ut.

- Vid vägledning med ljus ska du andas in när ljusstyrkan ökar. Mellan de två subtila ljusblinken ska du hålla andan. Andas ut långsamt när ljusstyrkan minskar.
- Vid vägledning med ljud ska du andas in när ljudet av vågor ökar. När ljudet pausar ska du hålla andan. Andas ut långsamt när ljudet av vågor minskar.

Följ din önskade rytm med hjälp av ljus eller ljud för en mer avslappnad känsla. Du kan även göra detta medan du blundar.

Obs! Det finns en instruktionsvideo för RelaxBreathe i appen och på Philips webbplats.

Magandning för avslappning

Magandning är den mest erkända andningsövningstekniken som hjälper människor att slappna av. När du andas med magen dras din diafragma automatiskt ned. Detta drar ned dina lungor och låter dig andas in fullständigt och djupt.

Varning! Om du någon gång under denna andningsövning känner dig obekvämt går du bara tillbaka till att andas normalt.

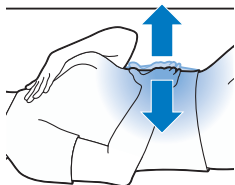
Så här gör du magandning

- 1 Lagg dig bekvämt på rygg.
- 2 Andas in genom näsan och andas ut genom näsan eller munnen.



- 3 Lagg en hand på magen och den andra handen på bröstet.
Du ska nu se handen på magen röra sig uppåt med varje inandning och ned med varje utandning. Handen på bröstet ska bara röra sig något.
- 4 Din andning ska bara komma från din mage. Försök att göra utandningen längre än inandningen, eftersom detta snabbt gör dig mer avslappnad.

Obs! RelaxBreathe-funktionen i apparaten kan vägleda dig under magandningen.



Funktion för läggdags



Du kan spåra din tid i sängen genom att trycka på apparatens ovansida i cirka 2 sekunder innan du somnar för att aktivera funktionen för läggdags. Du kan även aktivera funktionen för läggdags via avslappningsmenyn. Du kan även starta funktionen för läggdags genom att trycka på "starta spårning" i SleepMapper-appen.



En månsymbol visas på apparatens skärm som en bekräftelse på att spårningen av läggdags har börjat. Du hittar mer information om funktionen för läggdags i appen.

Ladda mobiltelefonen

Du kan ladda din mobiltelefon med hjälp av USB-porten (se "Allmän beskrivning").

Rengöring och förvaring

- Rengör apparaten med en mjuk och torr trasa.
- Använd aldrig slipande rengöringsmedel, svampar eller rengöringsmedel såsom alkohol, aceton eller dylikt eftersom de kan skada apparatens yta.
- Om du inte ska använda apparaten under en längre tid, dra ut adaptern ur vägguttaget och förvara apparaten på en säker och torr plats där den inte kan krossas, knäckas eller utsättas för skador.

- Vira inte i nätsladden runt apparaten när den förvaras.

Återvinning



- Den här symbolen betyder att produkten inte ska slängas bland hushållssoporna (2012/19/EU).
- Följ ditt lands regler för återvinning av elektriska och elektroniska produkter. En korrekt hantering bidrar till att förhindra negativ påverkan på miljö och hälsa.

Garanti och support

Om du behöver information eller support kan du besöka www.philips.com/support eller gå till en Philips-återförsäljare. Du kan även kontakta Philips kundtjänst i ditt land (kontaktuppgifter hittar du i den internationella garantibroschyren).

Felsökning

Det här kapitlet sammanfattar de vanligaste problemen som kan uppstå med apparaten. Om du inte kan lösa problemet med hjälp av informationen nedan kan du besöka www.philips.com/support och läsa svaren på vanliga frågor eller kontakta kundtjänsten i ditt land.

Om du har uppdaterat apparaten genom att ansluta den till Wi-Fi med hjälp av appen kan det hända att det här dokumentet inte är aktuellt. Du hittar den senaste användarhandboken på www.philips.com/support. Philips förbehåller sig rätten att uppdatera apparatens inbyggda programvara.

Felsökning av anslutning

Problem	Lösning
Jag kan inte hämta appen till min mobiltelefon.	Appen är tillgänglig för Android- och iOS-mobiltelefoner. Appen är inte tillgänglig för Windows-telefoner.

Problem	Lösning
<p>Jag kan inte ansluta min Wake-Up-lampa till Wi-Fi-nätverket hemma. Vad ska jag göra?</p>	<p>Om du inte kan ansluta din Wake-Up-lampa till ditt Wi-Fi-nätverk hemma och fortfarande ser den blinkande symbolen för åtkomstpunktläget (P) kan det bero på följande:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Felaktigt lösenord. Kontrollera att du har angett rätt lösenord för Wi-Fi-nätverket och försök igen. 2. Är din router lämplig för anslutning av en Wake-Up-lampa? Din router måste ha ett 2,4 GHz-band för att kunna kommunicera med apparaten. När du ställer in tiden första gången ska du kontrollera att både mobiltelefonen och apparaten är anslutna till samma 2,4 GHz Wi-Fi-nätverk. I annat fall kommer du inte att kunna ansluta apparaten till mobiltelefonen. Det går inte att ansluta apparaten till ett 5 GHz-nätverk. Stäng tillfälligt av 5 GHz-nätverket för att ansluta apparaten till 2,4 GHz-nätverket. Därefter kan du sätta på 5 GHz-nätverket igen. 3. Kontrollera Wi-Fi-nätverkets signalstyrka. Om signalen är svag går det inte att ansluta apparaten på rätt sätt. Flytta apparaten närmare routern så att du säkert får en bra Wi-Fi-signal. <p>Om de föregående stegen inte löste problemet bör du överväga följande:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tryck in änden på ett gem i återställningsknappen på baksidan av apparaten (se "Allmän beskrivning") om du vill återgå till standardinställningarna. Den här återställningen tar bort alla personliga inställningar. 2. Kontakta Philips kundtjänst i ditt land om de föregående stegen inte löser problemet.
<p>Det går inte att ansluta min anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampa till ett Wi-Fi-gästnätverk.</p>	<p>Du kan inte använda apparaten i ett gästnätverk. Konfigurera apparaten i ett vanligt Wi-Fi-nätverk.</p>
<p>Hur tar jag bort mina personliga Wi-Fi-inställningar och larm från den anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampan?</p>	<p>Tryck in änden på ett gem i återställningsknappen på baksidan av apparaten (se "Allmän beskrivning") om du vill återgå till standardinställningarna.</p>
<p>Jag vill ansluta min nya smarttelefon till min anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampa. Vad behöver jag göra?</p>	<p>Om din mobiltelefon fortfarande är ansluten till Sleep & Wake-Up Light ska du först ta bort anslutningen i appen på fliken "mer" genom att markera "Glöm enhet".</p> <p>Installera appen igen på din nya mobiltelefon. Markera i appen att du redan har installerat din anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampa och följ anvisningarna i appen.</p>

Problem	Lösning
Jag kan inte använda appen för att ställa in larm eller styra den anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampan.	<p>Kontrollera först att din Sleep & Wake-Up-lampa är ansluten till ett Wi-Fi-nätverk. Om du slutförde Wi-Fi-inställningen via Philips-appen SleepMapper och anslöt apparaten till ett specifikt Wi-Fi-nätverk bör du se en fast Wi-Fi-symbol på apparatens huvudskärm i det övre högra hörnet. .</p> <p>☞ Kontrollera först att Wi-Fi är aktiverat på din mobiltelefon och på din router. Om symbolen för Wi-Fi inaktiverat visas ☞ på apparatens skärm, aktivera Wi-Fi först.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mobiltelefonen kan ha återanslutit till ett annat Wi-Fi-nätverk. Kontrollera att mobiltelefonen och apparaten är anslutna till samma Wi-Fi-nätverk hemma. <p>Om symbolen för problem med Wi-Fi-anslutningen visas ☞ kan det bero på följande:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrollera inställningarna för ditt Wi-Fi-nätverk hemma på routern. Det kan vara så att UPnP (Universell Plug and Play) inte är aktiverat på din router. Aktivera denna inställning på routern. 2. Kontrollera Wi-Fi-nätverkets signalstyrka. Om signalen är svag går det inte att ansluta apparaten på rätt sätt. Flytta apparaten närmare routern så att du säkert får en bra Wi-Fi-signal. 3. Du kanske har ändrat lösenordet för Wi-Fi-nätverket hemma eller installerat en ny router. <p>Om de föregående stegen inte löste problemet bör du överväga följande:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tryck in änden på ett gem i återställningsknappen på baksidan av apparaten (se "Allmän beskrivning") om du vill återgå till standardinställningarna. Den här återställningen tar bort alla personliga inställningar. 2. Kontakta Philips kundtjänst i ditt land om de föregående stegen inte löser problemet.
Jag har en ny router/nytt Wi-Fi-lösenord/nytt Wi-Fi-nätverk och vill ansluta min anslutna Sleep & Wake-Up Light till det. Vad behöver jag göra?	<p>Så här gör du för att upprätta en anslutning igen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Öppna SleepMapper-appen och välj fliken "More" (mer). Klicka sedan på "View device details" (visa enhetsinformation) och därefter "Forget device" (glöm enhet). 2. Gå till inställningsmenyn för Sleep & Wake-Up Light och tryck på Wi-Fi-symbolen i 8 sekunder. Du ser en blinkande symbol för åtkomstpunktsläge (☞) på displayen. 3. Öppna appen igen och gå till fliken "More" (mer) och markera "Add a new device" (lägg till en ny enhet). Följ anvisningarna i appen.

Allmän felsökning


Problem	Lösning
Symbolen på skärmen eller lampan på apparaten reagerar inte när jag försöker ställa in olika funktioner.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Koppla bort apparaten från strömkällan genom att ta ur adaptern ur vägguttaget. Vänta i 10 sekunder och återanslut apparaten. Starta den igen. 2. Om det inte fungerar att starta om apparaten ska du återgå till standardinställningarna genom att trycka in änden på ett gem i återställningsknappen på baksidan av apparaten (se "Allmän beskrivning"). Observera att alla personliga inställningar (inställda larm osv.) tas bort om du återställer till standardinställningar. <p>Kontakta Philips kundtjänst i ditt land om apparaten fortfarande inte fungerar.</p>

Problem	Lösning
Lampan tänds inte när larmet startar.	Du kanske har ställt in en för låg nivå på ljusstyrkan. Öka nivån på väckningsprofilens ljusstyrka. Du kanske stängde av larmfunktionen. Larmsymbolen visas på skärmen när larmfunktionen är aktiv.
Lampan tänds inte direkt när jag tänder den.	Beroende på inställd nivå på ljusstyrkan kan det ta 1–5 sekunder för lampan att tändas.
Jag hör inte larmljudet när larmet startar.	Du kanske har ställt in en för låg ljudnivå. Om du vill ha en högre ljudnivå ökar du väckningsljudet i din väckningsprofil. När du har ställt in ett larm kommer du först att se ljuset för väckningskurvan. Larmljudet aktiveras bara när den inställda larmtiden är uppnådd. Du kan ändra hur länge väckningskurvans ljus varar. Om du har valt FM-radio som larmljud ska du sätta på FM-radion när du har stängt av larmet för att kontrollera att FM-radion fungerar. Kontrollera om din FM-radio är korrekt inställd på en radiokanal. Justera frekvensen vid behov. Kontakta Philips kundtjänst i ditt land om radion fortfarande inte fungerar.
FM-radion fungerar inte eller sprakar.	Kontrollera om FM-radion är korrekt inställd på en radiokanal. Justera frekvensen vid behov. Ändra antennens position genom att flytta runt den. Se till att du har lindat upp antennkabeln fullständigt. Sändningssignalen är kanske svag. Justera frekvensen och/eller ändra antennens position genom att flytta runt den. Se till att du har lindat upp antennkabeln fullständigt.
Larmet gick igång igår, men inte idag.	Du kanske har stängt av larmfunktionen eller bara ställt in larmet för en specifik dag. Larmsymbolen visas på skärmen när larmet ska aktiveras inom 24 timmar. I Philips-appen SleepMapper finns det flera alternativ för att ställa in larm. Du kanske inte ställde in larmet korrekt. Kontrollera att du har ställt in larmet korrekt i appen. Kontrollera att din apparat och appen är anslutna till samma Wi-Fi-nätverk hemma när du ställer in larmet.
Jag ville använda snooze-funktionen, men larmet gick inte på igen efter 9 minuter.	Du kanske har tryckt på den här symbolen  på displayen av misstag för att stänga av larmet. Detta inaktiverar larmet för den dagen. Tryck lätt ovanpå apparaten för att använda snooze-funktionen.
Jag blir väckt för tidigt/för sent av ljuset.	Du kanske har ställt in en nivå på ljusstyrkan som inte passar dig. Prova med att minska nivån på ljusstyrkan om du vaknar för tidigt och öka den om du vaknar för sent. Du kan även ändra hur länge väckningskurvan ska vara. Om ljusstyrka 1 inte är tillräckligt låg kan du flytta apparaten längre bort från sängen. Om ljusstyrkan inte är tillräckligt hög för att väcka dig, se till att apparatens ljus inte är blockerat av något objekt och att apparaten är placerad nära dig.
Det går inte att aktivera/inaktivera funktionen för nattbelysning.	Kontrollera att du trycker på rätt ställe (ovanpå/på baksidan) på apparaten.

Problem	Lösning
Det går inte att streama musik via USB.	USB-anslutningen är endast avsedd för laddning av din mobiltelefon. Du kan inte streama musik till den anslutningsbara Sleep & Wake-Up-lampan.
AUX-uttaget fungerar inte som det ska.	Försök att antingen höja eller sänka volymen på din mobiltelefon. Om nödvändigt, justera även volymen på apparaten.
Apparaten avger plötsligt ett pip ljud.	Reservlarmet utlöstes. Detta kan hända upp till 8 timmar efter att du har kopplat ur strömmen (adaptorn) och ett inställt larm ska aktiveras. Larmljudet stoppas automatiskt efter ca 1 minut. Du kan även stänga av larmet direkt om du startar om apparaten en kort stund. För att förhindra att reservlarmet stängs av när strömmen stängs av (t.ex. vid förvaring), inaktivera larmen innan strömmen stängs av.

Specifikationer


Adapter

Tillverkare	PHILIPS	
Typnummer	HF20	
Nominell ingående spänning	100 – 240 V AC	
Ingående märkfrekvens	50 / 60 Hz	
Nominell utspänning	24,0 V DC	
Nominell utgångsström	0,75 A	
Utgående märkeffekt	18,0 W	
Obelastad effekt	< 0,1 W	
Effektivitetsklass	VI	
Säkerhetsklassificering	Strömförsörjning klass II	
Mått (höjd x bredd x djup)	35 x 78 x 66 mm	
Vikt	Cirka 0,12 kg	
Sladdlängd	Cirka 150 cm	

Huvudenhet

Tillverkare	PHILIPS
Typnummer	HF3670, HF3671, HF3672
Nominell ingående spänning	24 V DC

248 Svenska

Nominell ingångsström	0,75 A
Ingående märkeffekt:	18 W
Ström i standbyläge för apparaten (huvudenhet + adapter)	< 2 W (Wi-Fi på och displayen på maximal ljusstyrka) < 1 W (Wi-Fi av och displayen på maximal ljusstyrka) < 0,5 W (Wi-Fi av och visning av)
Villkor: natt (12 tim / 0 lux), dag (12 tim / 500 lux), alla funktioner avstängda	
Säkerhetsklassificering	Klass III-armatur 
Mått (höjd x bredd x djup)	Cirka 225 x 220 x 120 mm
Vikt	Cirka 0,78 kg
Portar	
USB-laddning	5 V DC, 1 A
AUX-känslighet	280 mV
Ljus	
Ljusflöde (nivå 1 – 25)	Cirka 1 lux – 350* lux vid 45 cm *beroende på modell
Ljuskvalitet (nivå 1 – 25)	Cirka 1 500 K – 2 800 K
FM	
Frekvensband för FM-radio	87,5 MHz – 108,0 MHz
Wi-Fi	
Driftfrekvens (kanal 1 – 13)	2 412 MHz – 2 472 MHz
Modulationstyp	IEEE 802.11b, 802.11g, 802.11n
RF-uteffekt	Max. 20 dBm
AmbiTrack-sensorer	
Ljussensor	0 lux – 2 500 lux
Temperatursensor	0 °C till 50 °C
Luftfuktighetssensor	0 % – 100 % (relativ luftfuktighet)
Ljudtryckssensor	30 – 70 dBA
Driftförhållanden	
Temperatur	5 °C till 35 °C
Relativ luftfuktighet	20 % till 90 % (icke kondenserande)
Atmosfäriskt tryck	86 kPa till 106 kPa

Förvaringsförhållanden

Temperatur	-20 °C till 50 °C
Relativ luftfuktighet	20 % till 90 % (icke kondenserande)
Atmosfäriskt tryck	86 kPa till 106 kPa

Programvara med öppen källkod och programvara från tredje part


En kopia av licensavtalet för programvara med öppen källkod och licensavtalet för kommersiell programvara från tredje part finns på webbplatsen

www.philips.com/support

Sök efter enhetsnummer HF3670 / HF3671 / HF3672 / HF3650 / HF3651 / HF3652 / HF3653 / HF3654 på produktens sida för teknisk dokumentation.

© 2023 Koninklijke Philips N.V.
All rights reserved
4222.002.7346.5 (06/01/2023)



 >75 % recycled paper
>75 % papier recyclé