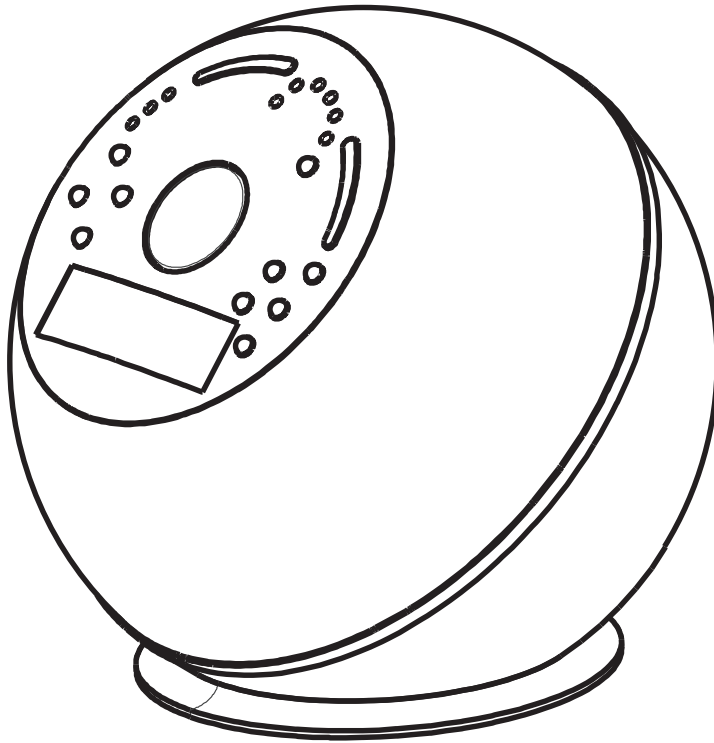
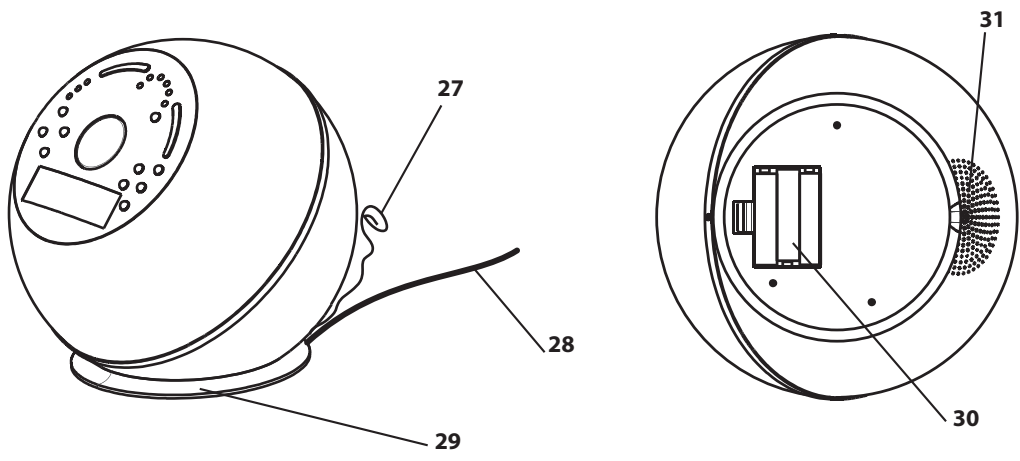
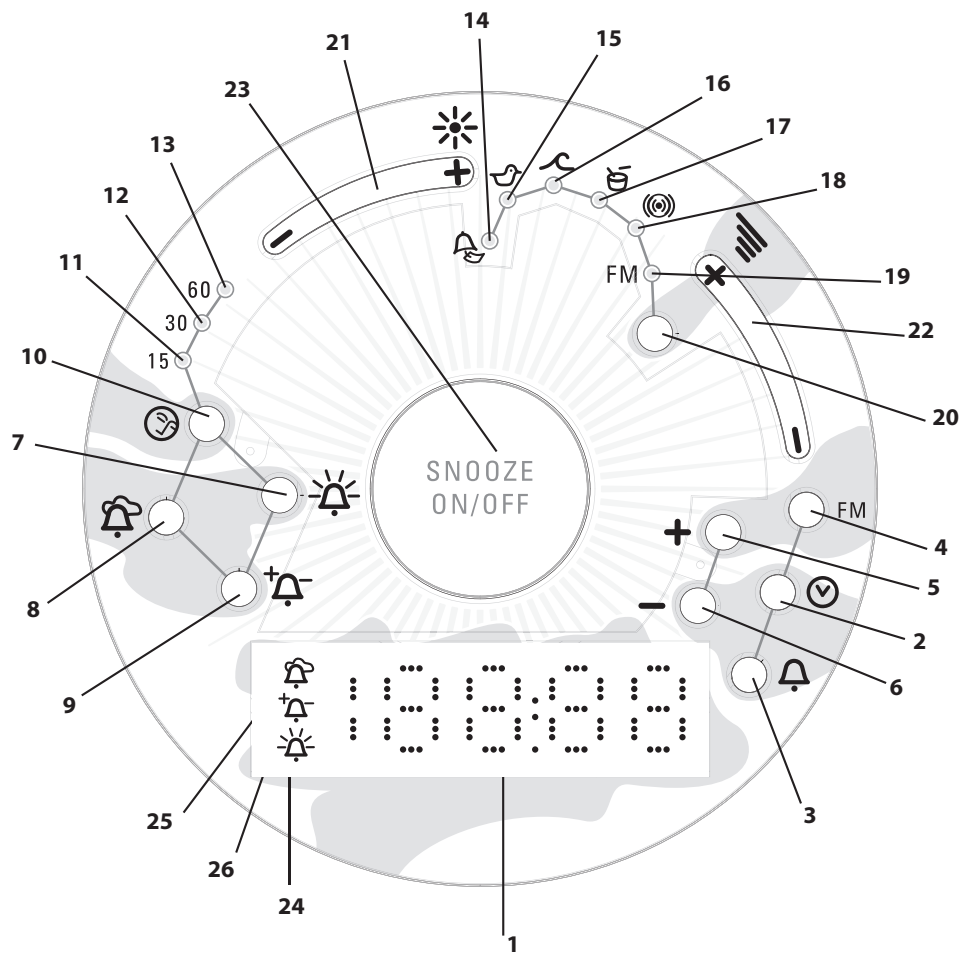


Rowenta



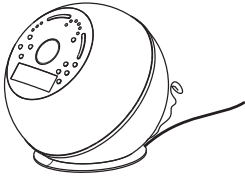
- EV7009 -

EN
FR
DE
NL
IT
ES
PT
FI
DA
SV
NO
EL
TR



QUICK START GUIDE

EN

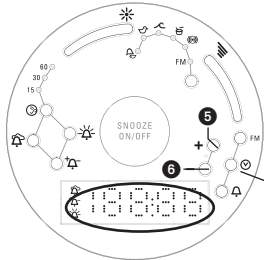


1 Installation

- Place your appliance on your night table.
- Plug the power cord in.

To start with, you can simply set the time and the alarm.

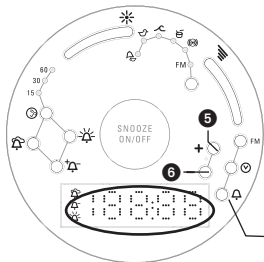
2 Setting the time



- Press button (2) once: the hour digits blink.
- Then press the + or - buttons (5 or 6) to scroll the hours.
- Press button (2) again to freeze the hours and move on to setting the minutes.
- The minute digits blink.
- Press the + or - buttons (5 or 6) to scroll the minutes.
- Press button (2) again to freeze the minutes.

Now the time is set.

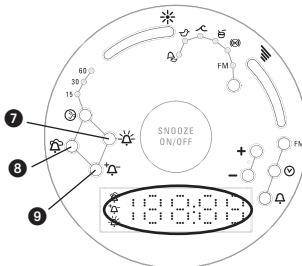
3 Setting the alarm time



- Press button (3) once: the hour digits blink.
- Then press the + or - buttons (5 or 6) to scroll the hours.
- Press button (3) again to freeze the hours and move on to setting the minutes.
- The minute digits blink, then press the + or - buttons (5 or 6) to scroll the minutes.
- Press button (3) again to freeze the minutes.

Now the alarm time is set.

4 Setting the type of alarm



Choosing the wakeup mode:

Now you can choose how you wish to be woken up: simply press the button of your choice:

- Button (7) = Invigorating wakeup setting.
- Button (8) = Gentle wakeup setting
- Button (9) = Personalised wakeup setting (see instructions)

5 Choosing a programme:

- When you choose the Gentle wakeup programme you will be awoken by progressively brighter light over a 45-minute period, followed by the soft tones of a wind chime, birds singing or sea and waves.
- When you choose the Invigorating wakeup programme you will be awoken by progressively brighter light over a 15 minute period, followed by a tonic sound: percussions or a Tibetan Gong.
- When you choose the Personalised wakeup programme you will awake, depending on your preference, with progressively brighter light over a 15-, 30- or 45-minute period, followed by the sound of your choice or the radio.

For the adjustments refer to the instructions in chapters 8, 9 and 10.

INTRODUCTION / PRESENTATION OF YOUR DAWN SIMULATOR

Thank you for purchasing **Sunshine®**, the dawn simulator from Rowenta, specially developed to help you awake easier thanks to its progressive lighting combined with gentle or invigorating sounds.

How light affects the organism

We all need light. It has an effect on our body clock, based on the regular rhythm of day and night. Indeed, the morning light naturally gets our body clock by stimulating the release of cortisol, the wakeup and energy hormone. In the evening, the fading light tells our body that it is time to start producing melatonin, a hormone that prepares us for sleep. Consequently, it is important to ensure that our organism records day and night at the right time, as incorrect synchronisation upsets the sleep-wakening rhythm and lays us open to low energy conditions and trouble getting to sleep.

Every morning, **Sunshine®** shines a coloured light that recreates a true red-orange hue "sunrise" effect for an energy stimulating effect on mind and body.

HOW DOES YOUR DAWN SIMULATOR WORK?

Sunshine®'s action:

Sunshine® by Rowenta gently prepares you for waking by simulating a natural sunrise: the eyes register the progressively increasing light which tells the body that it is time to release cortisol. The body's temperature then starts to rise as it does every day and you wake up gently, naturally.

As everyone has their own level of light sensitivity the brightness of **Sunshine®** can be adjusted to match your own needs and start your day relaxed and full of energy.

Sunshine® also sends you gently off to sleep. In the evening you can set your appliance's "soft sleep" function so the light will gradually dim and go out and you progressively drift off to sleep.

1-DESCRIPTION

EN

- | | |
|---|--|
| 1 - Digital time display | 18 - "Tibetan Gong" sound for invigorating
wakeup |
| 2 - Time settings | 19 - Radio |
| 3 - Alarm time settings | 20 - Sound selection button |
| 4 - Radio controls | 21 - Light intensity adjustment button + or - |
| 5 - 6 : + and - pushbuttons | 22 - Volume level adjustment button + or - |
| 7 - Invigorating wakeup setting | 23 - Snooze and On/Off function |
| 8 - Gentle wakeup setting | 24 - Invigorating wakeup symbol |
| 9 - Personalised wakeup setting | 25 - Gentle wakeup symbol |
| 10 - Soft sleep function setting | 26 - Personalised wakeup symbol |
| 11 - 15 minute programming | 27 - Antenna wire |
| 12 - 30 minute programming | 28 - Power cordon |
| 13 - 60 minute programming | 29 - Base |
| 14 - "Wind chime" sound for gentle wakeup | 30 - Battery compartment |
| 15 - "Birds singing" sound for gentle wakeup | 31 - Speaker |
| 16 - "Sea and waves" sound for gentle wakeup | |
| 17 - "Percussion" sound for invigorating wakeup | |

To get the best results from your Sunshine® dawn simulator, please read the instructions carefully as well as any safety tips, prior to using the appliance.

2-SAFETY TIPS

For your safety, this appliance is compliant with applicable standards and regulations (Directives on low voltage appliances, electromagnetic interference, the environment...).

- This appliance is not designed for use by persons (including children) with a physical, sensory or mental impairment or persons without knowledge or experience, unless they are supervised or given prior instructions concerning the use of the appliance by someone responsible for their safety. Children must be supervised to ensure they do not play with the appliance.
- Ensure that your mains supply voltage matches that of your appliance. Any connection error may cause irreversible damage that is not covered by the warranty.
- Do not use your appliance and contact an Approved Service Centre: If the appliance has fallen to the floor, if it does not function correctly.
- Important: This appliance must never be immersed in water or placed under running water.
- Never leave the appliance exposed for long periods of time to temperatures below 0°C and in excess of 35°C (e.g. in front of a window in bright sunlight).
- Keep the appliance, its power cord and its accessories away from all sources of heat.
- Never use the appliance if any operating anomaly occurs or after it has fallen to the floor (invisible damage caused may be harmful to your safety).
- Recommendations for use are provided as an indication only and cannot entail Rowenta's liability should the result fail to meet the user's expectations.
- For any operating problem, please refer to the section called "In case of problems" or contact our Consumer Department or your retailer.






WARNING : the batteries installed shall not be exposed to excessive heat such a sunshine®, fire or the like. The mains plug is used as the disconnect device and it shall remain readily operable. If the supply cord is damaged, it must be replaced by the manufacturer, its service agent or similarly qualified persons in order to avoid a hazard.

WARRANTY: This appliance has been designed for domestic use only. It must not be used for professional applications. Incorrect use of the appliance voids the warranty.

3-Dawn simulator functions



a) Sounds and FM radio

Your dawn simulator offers you a choice of five sounds as well as the radio for waking up and/or falling asleep:

- 1 - Wind chime (14)  (Gentle wakeup)
- 2 - Birds singing (15)  (Gentle wakeup)
- 3 - Sea and waves (16)  (Gentle wakeup)
- 4 - Percussion (17)  (Invigorating wakeup)
- 5 - Tibetan Gong (18)  (Invigorating wakeup)
- 6 - Radio (19) FM

⇒ Refer to Points 8, 9 and 10 for how to adjust the various sounds in line with your wakeup choice.

b) Volume level and light intensity (Buttons 21-22)

- Light intensity adjustment button using +/- (21)  = to increase or decrease the amount of light.
- Sound volume adjustment button using +/- (22)  = to increase or reduce the sound or radio volume.

4-USE




Before using the appliance for the first time

- 1 - Place your appliance on a flat, stable surface near your bed, like your night table, for example.
- 2 - Plug the power cord into the mains power outlet:
 - The time digits are displayed (00:00) and blink.
- 3 - Now you can start to set the time. To do this refer to Point 5 - Setting the time.

IMPORTANT !

If you feel that the light is too strong for your wakeup time, reduce the light intensity by referring to heading (b) in Point 3.

5-Setting the time 12:34 (Button 2)




- Press button (2)  once: the hour digits blink.
- Then press the + or - buttons (5 or 6) to scroll the hours.
- Press button (2)  again to freeze the hours and move on to setting the minutes.
- The minute digits blink.
- Press the + or - buttons (5 or 6) to scroll the minutes.
- Press button (2)  again to freeze the minutes.

Now the time is set.



If you press buttons 5 or 6 for more than two seconds, the digits will scroll quickly.

6-Setting the alarm time 06:18 (Button 3)

- Press button (3)  : the hour digits blink.
- Then press the + or - buttons (5 or 6) to scroll the hours.
- Press button (3)  again to freeze the hours and move on to setting the minutes.
- The minute digits blink, then press the + or - buttons (5 or 6) to scroll the minutes.
- Press button (3)  again to freeze the minutes.

Now the alarm time is set.



If you press buttons 5 or 6 for more than two seconds, the digits will scroll quickly.

EN

Choosing the wakeup programme:

Now you can choose how you wish to be woken up: simply press the button of your choice:

- Button (7) = Invigorating wakeup setting
- Button (8) = Gentle wakeup setting
- Button (9) = Personalised wakeup setting

⇒ For complete wakeup programme setting information, refer to Points 8 -9 and 10.



Later on, if you wish to change the sound setting without waking your partner, you can scroll between the sounds using button (20) . The last selected sound symbol remains lit without making any sound. After 7 seconds it is selected.

7-Setting the FM radio station (Button 4)

You can listen to the radio at any time using your dawn simulator.

To do this, simply press button (4) FM: the radio comes on.

To stop the radio: press button (4) FM again: the radio switches off.

1) To set the radio station:

- 1- Press button (4) FM. The radio frequency setting is displayed in place of the hour digits.
- 2- Press the + or - buttons (5 or 6) to find the desired radio frequency. Once the radio station is set, after five seconds **the frequency display stops blinking. Your radio station is selected. The time reappears on the digital display.**
- 3- Press button (4) FM to switch the radio off.



If you press buttons 5 or 6 for more than two seconds, the digits will scroll quickly.

2) To set the radio volume:

- Press the volume button + or - (22) to raise or lower the sound level.

Introduction to the three wakeup programmes and the "soft sleep" programme offered by your Sunshine® dawn simulator:

Your Sunshine® dawn simulator has three different wakeup programmes: Gentle wakeup, Invigorating wakeup and Personalised wakeup, all of which are explained in detail in Points 8, 9 and 10.

1) GENTLE wakeup



45 minutes

When you choose the Gentle wakeup programme you will be awoken by a soft yellow-orange tone of light that becomes progressively brighter over a 45-minute period, until the wakeup time that you set, followed by soft music playing "Zen energy" to start the day calm and relaxed.

2) INVIGORATING wakeup ☀

15 minutes

The Invigorating wakeup programme uses a peppy light ranging from red-orange to light yellow tones. This "sunrise" lasts for 15 minutes, until the wakeup time that you set, followed by invigorating music to start the day on a positive note, full of energy.

3) PERSONALISED wakeup ⚙

15 - 30 - 45

This wakeup programme lets you adjust the "sunrise" duration and "sound" selections to match your preferences for the day, with sunrise lasting 15, 30 or 45 minutes.

- SOFT SLEEP function : ☾

15 - 30 - 60

Thanks to the "soft sleep" function you can set your dawn simulator in the evening, so that the light will fade out gradually (over 15, 30 or 60 minutes) as you drift off to sleep.

8-Setting the GENTLE wakeup programme 🎵 (Button 8)

When this wakeup programme is selected, you can choose between three relaxing sounds:

- (14) - 🎵 Wind chime
- (15) - 🐦 Birds singing
- (16) - 🌊 Sea and waves

Procedure:

- 1 - Press (for two seconds) button (8) 🎵.
- 2 - Then you can move between the blinking symbols displayed that represent the various sounds: (14) 🎵, (15) 🐦 and (16) 🌊 using button (20) 🎵. Then you will hear the various sounds play for a few seconds.
- 3 - Once you have chosen the sound you wish to hear, confirm your choice by pressing button (8) 🎵. If you don't press anything, the sound is selected automatically after 7 seconds. The corresponding symbol remains lit to show you that the sound is selected.

=> **The "Gentle" wakeup programme is selected. The corresponding 🎵 symbol remains lit to show that this is the wakeup programme selected for the following morning. To turn off this programme, press button (8) 🎵.**




9-Setting the INVIGORATING wakeup programme ☀ (Button 7)


When this wakeup programme is selected, you can choose between two invigorating sounds:



- (17) - 🥁 Percussions
- (18) - 🛕 Tibetan gong

Procedure:

- 1 - Press (for two seconds) button (7) ☀.
- 2 - Then you can move between the various blinking symbols displayed that represent the various sounds:

(17)  and (18)  using button (20) . Then you will hear the various sounds play for a few seconds.

3 - Once you have chosen the sound you wish to hear, confirm your choice by pressing button (7) . If you don't press anything, the sound is selected automatically after 7 seconds. The corresponding symbol remains lit to show you that the sound is selected.

=> The "Invigorating" wakeup programme is selected. The corresponding  symbol remains lit to show that this is the wakeup programme selected for the following morning. To turn off this programme, press button (7) .


10-Setting the PERSONALISED wakeup programme (Button 9)

When this wakeup programme is selected, you can choose the settings that you wish:






- 1 - A choice of five sounds, the radio or light only.
- 2 - Volume level adjustment
- 3 - Light level adjustment
- 4 - Sunrise light duration (15, 30 or 45 minutes)

Procedure:


Step 1: Choose between the five sounds, the radio or light only.

Press button (9)  for at least two seconds. All of the light up symbols corresponding to the sounds will blink.



- Using button (20)  you can then move between the various blinking symbols that represent the sounds:


(14)  (15)  (16)  (17)  (18)  and FM. Then you will hear the various sounds play for a few seconds.

- If you have chosen to have the radio wake you up: you can change the selected station by pressing the + /- buttons (5) and (6).

- Once you have chosen the sound or the radio station that you wish to hear, confirm your choice by pressing button (9) . If you don't press anything, the sound is selected automatically after 7 seconds. The corresponding symbol remains lit to show you that the sound is selected.



Step 2: Volume level adjustment:

- Press the volume + / - level button  (22) to raise or lower the volume. Once you have made your choice, press button (9) . **The volume level is selected for the next wakeup.**

 **If you do not wish to be woken by sound, but by light only:**


choose level 0 using button (22) .



Step 3: Light level adjustment:

- Press the light level +/-  button (21) to increase or reduce the light level. Once you have made your choice, press button . The light level is selected for the next wakeup.


IMPORTANT: The light level on your dawn simulator is displayed as 0 to 10 on the LCD. When you select 0, the light is switched off. When choosing your settings for the first time, it may not be easy to choose the ideal light level. Try to imagine that this is how much light you will wake up with in the morning. If in doubt, choose a medium level setting of 5. Remember that at any time you can adjust your choice by following the instructions described in (b) in Point 3




Step 4: Setting the sunrise light rise duration (15, 30 or 45 min):

- The time displayed by the LCD is replaced by a number that shows how long it will take for the light to rise to full intensity: 15, 30 or 45 minutes. This number blinks. To make your choice, press the + or - buttons (5) or (6). Press button (9) , once again and the sunrise light duration is set.







=> The "Personalised" wakeup programme is selected. The corresponding  symbol remains lit to show that this is the wakeup programme selected for the following morning. To turn off this programme, press (9)  again.

11-Snooze function (Button 23)

Your dawn simulator has a "SNOOZE"  (23) or "repeat" function so that you can repeat the alarm if you do not wish to get up right away.




- 1) When the alarm sounds, press the SNOOZE button once and the sound will progressively reduce before the alarm is heard again five minutes later.
- 2) During this time, the  or  or , lights that correspond to the chosen wakeup programme will blink to show that you have chosen the **Snooze function**.

- To definitively switch off your dawn simulator, press the Snooze button for at least two seconds. Your dawn simulator is switched off and will automatically switch back on again the next day.




=> The  or  or , lights remain lit to show that the alarm is set for the next morning. To turn off the alarm for the next morning, simply press the button that corresponds to the chosen wakeup programme  or  or . The light up symbol goes out to show that the alarm function is disabled.

12-Setting the SOFT SLEEP function (Button 10)

Setting the Soft Sleep or "Sunset" function:

- Press button (10)  : indicator (11), corresponding to a 15 minute duration comes on. After five seconds, the "Sunset" effect starts and it will help you drift off to sleep over 15 minutes.
- For a "Sunset" effect lasting 30 minutes, press button (10)  once again: indicator (12) comes on. After five seconds, the "Sunset" effect starts and it will help you drift off to sleep over 30 minutes.
- For a "Sunset" effect lasting 60 minutes, press button (10)  once again: indicator (13) comes on. After five seconds, the "Sunset" effect starts and it will help you drift off to sleep over 60 minutes.

AT ANY TIME

- Press SNOOZE ON/OFF (23)  = to switch the light on or off
- Press the sound button (22)  = to raise or lower the alarm or radio volume
- Press the light button (21)  = to raise or lower the light intensity
- To listen to the radio: press button (4) FM : the radio comes on. To stop the radio: press button 4: the radio is switched off.

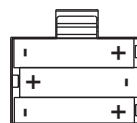
13–Replacing the batteries

EN

Your Sunshine® appliance works from mains power, however a set of batteries are provided as backup, should a power failure occur so that all of the settings that you have memorised are retained.

- Never mix an old battery with a new one.
- Your SUNSHINE® appliance requires three LR3 AAA batteries (not included).
- Only use LR3 AAA batteries.

- When you replace the batteries, be sure to match up the indications shown in the battery compartment (see drawing):



- Remove the batteries when they are flat or if you do not plan to use the appliance for a prolonged length of time

14–Maintenance

- Your appliance requires very little maintenance. You can clean it using a dry or slightly damp cloth.
- Take care to dry any newly cleaned parts.
- Never immerse your appliance in water.

15–Help protect the environment!

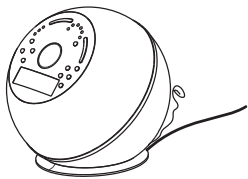


- ① Your appliance contains valuable materials which can be recovered or recycled.
- ➔ Leave it at a local civic waste collection point.

16–Troubleshooting

- The appliance does not work.
Check that the power cord is properly connected to the power outlet.
Check that your power outlet is working.
 - The appliance ignores my settings => Disconnect your appliance by unplugging the power cord, then reconnect it. Now you can repeat your settings.
 - The alarm went off but I didn't hear any sound => perhaps the sound volume is set to 0, or set too low? Refer to (b) in Point 3.
- Or, perhaps you switched the alarm off? To switch the alarm on, refer to Point 5.
- The radio does not work or I hear interference => perhaps the antenna wire (27) is not fully deployed.
 - The radio station programmed to wake me up did not work => Turn off the alarm, switch on the radio to make sure it is working properly. Also make sure that the antenna wire (27) is fully deployed.
 - The time on your dawn simulator blinks. There may have been a power outage and your batteries may be low => Check your batteries and replace them if necessary.

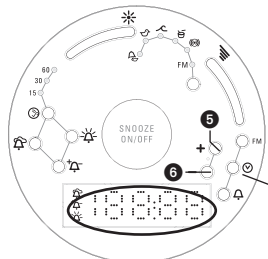
RÉGLAGE RAPIDE



1 Installation

- posez votre appareil sur votre table de chevet
- branchez la prise sur le secteur.

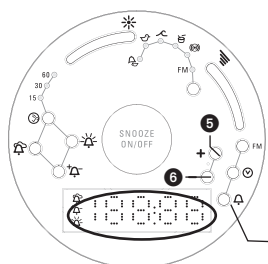
Pour commencer vous pouvez vous contenter de procéder au réglage de l'heure et de l'alarme uniquement.



2 Réglage de l'heure

- Appuyez sur la touche (2) Les chiffres des heures clignotent.
- Appuyez sur les touches + ou - (5 ou 6) pour faire défiler les heures.
- Appuyez sur la touche (2) les chiffres des minutes clignotent
- Appuyez sur les touches + ou - (5 ou 6) pour faire défiler les minutes.
- Appuyez sur la touche (2) .

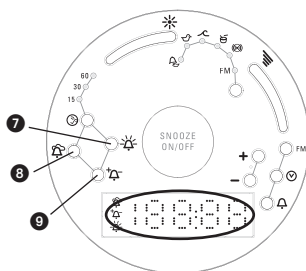
L'heure est à présent réglée.



3 Réglage de l'heure de l'alarme

- Appuyez sur la touche (3) Les chiffres des heures clignotent.
- Appuyez sur les touches + ou - (5 ou 6) pour faire défiler les heures.
- Appuyez sur la touche (3) les chiffres des minutes clignotent
- Appuyez sur les touches + ou - (5 ou 6) pour faire défiler les minutes.
- Appuyez sur la touche (3) .

L'heure de l'alarme est à présent réglée



4 Réglage du type d'alarme

Réglage du mode de réveil :

Vous pouvez dès lors choisir votre type de réveil : il vous suffit d'appuyer sur la touche de votre choix :

- Touche (7) = réglage réveil Tonique
- Touche (8) = réglage réveil Douceur
- Touche (9) = réglage réveil Personnalisé (notice)

5 Choix des programmes :

- Lorsque vous choisissez le programme : Réveil Douceur vous vous éveillerez avec une lumière progressive pendant 45 minutes, suivi d'un son douceur : carillon dans le vent, chants d'oiseaux ou mer et vagues.
- Lorsque vous choisissez le programme : Réveil Tonique vous vous éveillerez avec une lumière progressive pendant 15 minutes, suivi d'un son tonique : percussions ou Gong tibétain.
- Lorsque vous choisissez le programme : Réveil Personnalisé vous vous éveillerez selon votre humeur avec une lumière progressive pendant 15, 30 ou 45 minutes, suivi du son de votre choix ou de la radio.

Pour les réglages, reportez vous à la notice chapitres 8, 9 et 10.

INTRODUCTION / PRESENTATION DE VOTRE SIMULATEUR D'AUBE

Merci d'avoir acheté **Sunshine®**, le simulateur d'aube de ROWENTA qui a été mis au point pour vous aider à vous éveiller plus facilement à l'aide d'une lumière progressive, ainsi que des sons doux ou toniques.

FR

Le rôle de la lumière sur l'organisme

La lumière est vitale pour l'homme. Elle a une incidence sur notre horloge interne basée selon le rythme régulier du jour et de la nuit. En effet, la lumière du matin met en route naturellement notre horloge interne en stimulant la sécrétion de cortisol, l'hormone de l'éveil et de l'énergie. Le soir, la disparition de la lumière signale à notre corps qu'il est temps de produire de la mélatonine, une hormone nous préparant au sommeil. Aussi, il est important que notre organisme enregistre le jour et la nuit au bon moment car une mauvaise synchronisation dérègle le rythme sommeil-éveil et nous expose à un des carences d'énergie et des difficultés pour s'endormir.

Sunshine® diffuse une lumière colorée énergisante

Sunshine® diffuse chaque matin une lumière colorée recréant un véritable effet « lever de soleil » rouge orangé pour une action énergisante sur le corps et l'esprit.

COMMENT FONCTIONNE VOTRE SIMULATEUR D'AUBE?

L'action de Sunshine® :

Sunshine® de ROWENTA vous prépare en douceur au réveil en simulant un lever de soleil comme au naturel : la lumière qui s'élève progressivement est captée par les yeux et indique au corps qu'il est temps de sécréter le cortisol. La température du corps entame alors son ascension journalière et le réveil s'effectue en douceur, naturellement.

Chacun a une sensibilité à la lumière qui lui est propre, c'est pourquoi vous pouvez régler l'intensité lumineuse de **Sunshine®** selon vos besoins et commencer votre journée détendu et plein d'énergie.

Sunshine® prend aussi soin de votre endormissement. Grâce à la fonction soft sleep vous pouvez le soir, le régler de manière à ce que la lumière s'éteigne graduellement et vous vous endormirez progressivement.

1-DESCRIPTIF

- | | |
|---|---|
| 1 – Affichage digital de l'heure | 18 – Son «Gong Tibétain» pour réveil tonique |
| 2 – Réglage de l'heure | 19 – Radio |
| 3 – Réglage de l'heure de l'alarme | 20 – Touche de sélection des sons |
| 4 – Réglage radio | 21 – Touche de réglage de l'intensité lumineuse
+ ou - |
| 5 – 6 : touches de réglage + et - | 22 – Touche de réglage de l'intensité volume
+ ou - |
| 7 – Réglage réveil tonique | 23 – Fonction snooze et on/off |
| 8 – Réglage réveil douceur | 24 – Symbole réveil tonique |
| 9 – Réglage réveil personnalisé | 25 – Symbole réveil douceur |
| 10 – Réglage fonction soft sleep | 26 – Symbole réveil personnalisé |
| 11 – Programmation 15 minutes | 27 – Fil d'Antenne |
| 12 – Programmation 30 minutes | 28 – Cordon d'alimentation |
| 13 – Programmation 60 minutes | 29 – Base |
| 14 – Son «carillon dans le vent» pour réveil
douceur | 30 – Trappe à piles |
| 15 – Son «chants d'oiseaux » pour réveil douceur | 31 – Haut parleur |
| 16 – Son « mer et vagues» pour réveil douceur | |
| 17 – Son «percussions » pour réveil tonique | |

Afin que votre Simulateur d'aube SUNSHINE® vous offre les meilleurs résultats, lisez attentivement le mode d'emploi ainsi que les consignes de sécurité avant toute utilisation.

2-CONSEILS DE SECURITE

Pour votre sécurité, cet appareil est conforme aux normes et réglementations applicables (Directives Basse Tension, Compatibilité Electromagnétique, Environnement...).

- Cet appareil n'est pas prévu pour être utilisé par des personnes (y compris les enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou des personnes dénuées d'expérience ou de connaissance, sauf si elles ont pu bénéficier, par l'intermédiaire d'une personne responsable de leur sécurité, d'une surveillance ou d'instructions préalables concernant l'utilisation de l'appareil. Il convient de surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
- Vérifiez que la tension de votre installation électrique corresponde à celle de votre appareil. Toute erreur de branchement peut causer des dommages irréversibles, qui ne sont pas couverts par la garantie.
- N'utilisez pas votre appareil et contactez un Centre Service Agréé si : votre appareil est tombé, s'il ne fonctionne pas normalement.
- Important : l'appareil ne doit pas être immergé ni être passé sous l'eau.
- Ne pas laisser l'appareil durant un temps prolongé à des températures inférieures à 0°C et supérieures à 35°C (sous une vitre en plein soleil par exemple).
- Eloignez cordon, appareil et accessoires de toutes sources de chaleur.
- Ne jamais utiliser l'appareil en cas d'anomalies de fonctionnement, ni après une chute (des dommages non visibles peuvent être préjudiciables à votre sécurité).
- Les conseils d'utilisation sont donnés à titre indicatif et n'engagent pas la responsabilité de Rowenta en cas de résultat non conforme aux souhaits de l'utilisateur.
- Pour tout défaut de fonctionnement, reportez-vous au paragraphe « en cas de problème » ou contactez notre service consommateur ou votre revendeur.

ATTENTION : Les piles installées ne doivent pas être exposées à une chaleur excessive telle que la chaleur émise par le soleil, ou le feu, etc. La prise secteur est le principal élément de déconnexion et doit rester facilement accessible. Si le cordon d'alimentation électrique a été endommagé et afin d'éviter tout risque de blessure corporelle, faites-le remplacer par le fabricant, par un représentant de son service après-vente ou par une personne qualifiée.






GARANTIE : Votre appareil est destiné à un usage domestique seulement. Il ne peut être utilisé à des fins professionnelles. La garantie devient nulle et invalide en cas d'utilisation incorrecte.

3-Fonctionnalités de votre simulateur d'aube

a) Sons et radio FM



Votre simulateur d'aube vous propose 5 sons ainsi que la radio pour vous réveiller et/ou vous endormir :

FR

- 1 - Carillon dans le vent (14)  (réveil douceur)
- 2 - Chants d'oiseaux (15)  (réveil douceur)
- 3 - Mer et vagues (16)  (réveil douceur)
- 4 - Percussions (17)  (réveil tonique)
- 5 - Gong Tibétain (18)  (réveil tonique)
- 6 - Radio (19) FM

⇒ Reportez-vous aux points 8, 9, 10 pour régler les différents sons selon votre choix de réveil.

b) Intensité du volume et de la lumière (touches 21-22)

- Touche réglage de la lumière avec +/- (21)  = pour augmenter ou réduire le volume de la lumière.
- Touche réglage du son avec +/- (22)  = pour augmenter ou réduire le volume des sons ou de la radio.

4-UTILISATION

Avant la première utilisation




- 1 - Poser votre appareil sur une surface plane et stable près de votre lit, comme par exemple, votre table de chevet.
- 2 - Branchez le cordon d'alimentation sur le secteur :
 - les chiffres de l'heure s'affichent (00:00).
- 3 - Vous pouvez à présent commencer le réglage de l'heure. Pour cela reportez vous au point 5-Réglage de l'heure.

IMPORTANT !

Si vous pensez que la lumière est trop forte pour vous réveiller, diminuez l'intensité lumineuse en vous reportant au point (b) du chapitre 3.

5-Réglage de l'heure 12:34 (touche 2)

Lors que vous branchez votre Simulateur d'aube, les chiffres de l'heure s'affichent (00:00).




- Appuyez sur la touche (2)  Les chiffres des heures clignotent.
- Appuyez sur les touches + ou - (5 ou 6) pour faire défiler les heures.
- Appuyez sur la touche (2)  les chiffres des minutes clignotent
- Appuyez sur les touches + ou - (5 ou 6) pour faire défiler les minutes.
- Appuyez sur la touche (2) .

L'heure est à présent réglée.



si vous appuyez plus de 2 secondes sur les touches (5) ou (6), les chiffres défilent très vite.

6-Réglage de l'heure de l'alarme 06:18 (touche 3)

- Appuyez sur la touche (3)  Les chiffres des heures clignotent.
- Appuyez sur les touches + ou - (5 ou 6) pour faire défiler les heures.
- Appuyez sur la touche (3)  les chiffres des minutes clignotent
- Appuyez sur les touches + ou - (5 ou 6) pour faire défiler les minutes.
- Appuyez sur la touche (3) .




L'heure de l'alarme est à présent réglée



si vous appuyez plus de 2 secondes sur les touches (5) ou (6), les chiffres défilent très vite.


Réglage du mode de réveil :

Vous pouvez dès lors choisir votre type de réveil : il vous suffit d'appuyer sur la touche de votre choix :

- Touche (7)  = réglage réveil tonique
- Touche (8)  = réglage réveil douceur
- Touche (9)  = réglage réveil personnalisé

⇒ Pour le réglage complet du mode de réveil, reportez vous ensuite aux points 8 -9 et 10



si vous souhaitez ensuite changer le son sans réveiller votre partenaire, vous pouvez naviguer entre les sons à l'aide de la touche (20) . Le dernier symbole du son sélectionné reste allumé sans émettre de son. Au bout de 7 secondes il est sélectionné.

7-Réglage de la station radio FM (touche 4)

Vous avez la possibilité à tout moment d'écouter la radio de votre simulateur d'aube .

Pour cela, il suffit d'appuyer une fois sur la touche (4) FM : la radio s'allume.

Pour arrêter la radio : appuyez une fois sur la touche (4) FM : la radio s'éteint.


1) Pour régler la station radio :

- Appuyez plus de 2 secondes sur la touche (4) FM. La fréquence de la radio s'affiche à la place des chiffres de l'heure .
- Appuyez sur les touches + ou - (5 ou 6) pour trouver la fréquence radio souhaitée. Une fois la station réglée, au bout de 5 secondes la fréquence s'arrête de clignoter.
Votre station est sélectionnée.
L'heure réapparaît sur l'afficheur digital.
- Appuyez sur la touche (4) FM pour éteindre la radio.



si vous appuyez plus de 2 secondes sur les touches (5) ou (6), les stations défilent très vite.

2) Pour régler le volume de la radio :

- Appuyez sur la touche de réglage de l'intensité du volume + ou -  (22) pour augmenter ou diminuer le son.

Introduction aux 3 modes de réveil et du mode Softsleep de votre simulateur d'aube « Sunshine® » :

Votre simulateur d'aube Sunshine® possède 3 modes de réveil différents : Réveil Douceur, Réveil Tonique, et Réveil personnalisé, qui vous sont expliqués en détail dans les chapitres 8, 9 et 10.

1) Réveil DOUCEUR



45 minutes

Le mode « douceur » vous réveillera avec une lumière douce dans des tons jaune-orangés. le lever de soleil s'effectue sur 45 minutes, jusqu'à l'heure de votre réveil, suivi d'une musique douce qui diffuse une « énergie zen » pour commencer la journée détendu et relaxé.

2) Réveil TONIQUE ☀

15 minutes

Le mode « Tonique » vous réveillera avec une lumière vitaminée dans des tons allant du rouge-orangé au jaune clair. Le lever de soleil dure 15 minutes jusqu'à l'heure de votre réveil, suivi d'une musique tonique pour démarrer la journée positif et plein d'énergie.

FR

3) Réveil PERSONNALISE ⚙

15 - 30 - 45

Dans ce mode la durée du lever de soleil ainsi que les sons musicaux peuvent être ajustés en fonction de l'humeur du jour, avec un lever de soleil de 15, 30 ou 45 minutes.

- Fonction SOFTSLEEP : ☾

15 - 30 - 60

Grâce à la fonction soft sleep vous pouvez le soir, régler votre simulateur d'aube, de manière à ce que la lumière s'éteigne graduellement (pendant 15, 30 ou 60 minutes) et vous vous endormirez progressivement.

8-Réglage du mode de réveil DOUCEUR 🕒 (touche 8)

Dans ce mode de réveil, vous avez la possibilité de sélectionner 3 sons apaisants :

(14) - 🕒 Carillon dans le vent

(15) - 🕒 Chants d'oiseau

(16) - 🕒 Mer et vagues

Mode opératoire :

1 - Appuyez plus de 2 secondes sur la touche (8) 🕒.

2 - Vous pouvez ensuite naviguer entre les différents symboles clignotants qui représentent les sons : (14) 🕒, (15) 🕒 et (16) 🕒 à l'aide de la touche (20) 🎵. Vous entendez alors les différents sons jouer pendant quelques secondes.

3 - Lorsque le son vous convient, validez avec la touche (8) 🕒. Si vous n'appuyez plus, au bout de 7 secondes le son est sélectionné. Le symbole correspondant reste allumé pour indiquer que le son est activé.

=> **Le mode de réveil « douceur » est sélectionné. Le symbole 🕒 correspondant reste allumé pour indiquer que ce mode de réveil est activé pour le lendemain matin. Pour désactiver ce mode, appuyez sur la touche (8) 🕒.**

9-Réglage du mode de réveil TONIQUE ☀ (touche 7)

Dans ce mode de réveil, vous avez la possibilité de sélectionner 2 sons dynamisants :

(17) - 🕒 Percussions

(18) - 🕒 Gong Tibétain

Mode opératoire :

1 - Appuyez plus de 2 secondes sur la touche (7) ☀.

2 - Vous pouvez ensuite naviguer entre les différents symboles clignotants qui représentent les sons : (17) 🕒 et (18) 🕒 à l'aide de la touche (20) 🎵. Vous entendez alors les différents sons jouer pendant quelques secondes.

3 - Lorsque le son vous convient validez avec la touche (7) . Si vous n'appuyez plus, au bout de 7 secondes le son est sélectionné. Le symbole correspondant reste allumé pour indiquer que le son est activé.

=> **Le mode de réveil « tonique » est sélectionné. Le symbole correspondant reste allumé pour indiquer que ce mode de réveil est activé pour lendemain matin. Pour désactiver ce mode, appuyez sur la touche (7) .**

10-Réglage du mode de réveil PERSONNALISE (touche 9)

Dans ce mode de réveil, vous avez la possibilité d'effectuer tous les réglages que vous souhaitez :

- 1 - Choix parmi les 5 sons, la radio ou le mode lumière seule.
- 2 - Réglage de l'intensité du son
- 3 - Réglage de l'intensité lumineuse
- 4 - Réglage de la durée de montée en lumière (15, 30 ou 45 min)

Mode opératoire :

Etape 1 : Choix parmi les 5 sons, la radio ou le mode lumière seule.

Appuyez plus de 2 secondes sur la touche (9) . Tous les voyants lumineux correspondant aux sons clignotent.

- A l'aide de la touche (20) vous pouvez ensuite naviguer entre les différents voyants clignotants qui représentent les sons : (14) (15) (16) (17) (18) et FM. Vous entendez alors les différents sons jouer pendant quelques secondes.

- Si vous avez choisi la radio pour vous réveiller : vous pouvez changer la station enregistrée en appuyant sur les touches + /- (5) et (6).

- Lorsque le son ou la station de radio vous convient, validez avec la touche (9) . Si vous n'appuyez plus, au bout de 7 secondes votre choix est sélectionné. Le symbole correspondant reste allumé pour indiquer que le son est activé.

Etape 2 : Réglage de l'intensité du son :

- Appuyez sur la touche de réglage de l'intensité du volume + / - (22) pour augmenter ou diminuer le son. Lorsque vous avez fait votre choix, appuyez sur la touche (9) . **L'intensité est alors sélectionnée pour le prochain réveil.**



si vous ne souhaitez pas être réveillé par un son, mais la lumière seule : choisissez l'intensité 0 à l'aide de la touche (22) .



Etape 3 : Réglage de l'intensité lumineuse :

- Appuyez sur la touche de réglage de l'intensité de la lumière +/- (21) pour augmenter ou diminuer l'intensité lumineuse. Lorsque vous avez fait votre choix, appuyez sur . L'intensité est alors sélectionnée pour le prochain réveil.

IMPORTANT : l'intensité lumineuse de votre simulateur d'aube s'affiche de 0 à 10 sur l'écran digital. Lorsque le chiffre sélectionné est le 0 la lumière est coupée. Lors des premiers réglages il ne vous sera peut être pas facile de faire le choix de l'intensité idéale. Essayez d'imaginer que c'est avec cette intensité que vous allez vous réveiller le matin. Dans le doute choisissez une intensité moyenne de 5. Sachez que vous pouvez à tout moment ajuster votre choix en suivant les instructions du point (b) du chapitre 3.

Etape 4 : Réglage de la durée de montée en lumière (15, 30 ou 45 min):




- l'heure de l'afficheur digital est alors remplacée par un chiffre qui indique la durée de la montée en lumière : 15, 30 ou 45 minutes. Ce chiffre clignote. Afin de faire votre choix, appuyez sur les touches + ou - (5) ou (6). Rappuyez sur la touche (9) , la durée de la montée en lumière est sélectionnée.

=> Le mode de réveil « Personnalisé » est sélectionné. Le symbole correspondant  reste allumé pour indiquer que ce mode de réveil est activé pour le lendemain matin. Pour désactiver ce mode, appuyez sur la touche (9) .







FR

11-Fonction Snooze SNOOZE ON/OFF (touche 23)

Votre appareil est doté d'une touche « SNOOZE » SNOOZE ON/OFF (23) ou encore « répétition », qui vous permet de relancer l'alarme si vous ne souhaitez pas vous lever tout de suite.




- 1) Lorsque l'alarme se met en route appuyez une fois sur la touche SNOOZE : le son diminuera progressivement et l'alarme se relancera 5 minutes plus tard.
- 2) Pendant ce temps, le symbole lumineux  ou  ou , correspondant au mode de réveil choisi clignote pour signaler que vous êtes dans la **fonction Snooze**.

- Pour **éteindre définitivement** votre simulateur d'aube = appuyez plus de 2 secondes sur la touche Snooze. Votre réveil est alors éteint et se **réactivera automatiquement** le lendemain.



=> Le symbole lumineux  ou  ou , reste allumé pour indiquer que l'alarme est activée pour le lendemain matin. Si vous souhaitez désactiver l'alarme pour le lendemain matin, appuyez simplement sur le bouton correspondant au mode de réveil choisi  ou  ou . Le symbole lumineux s'éteindra pour indiquer que l'alarme est désactivée.

12-Réglage de la fonction SOFTSLEEP (touche 10)

Réglage de la fonction SOFTSLEEP ou « coucher de soleil » :

- Appuyez sur la touche (10)  : le voyant (11), correspondant à la durée de 15 minutes s'allume. Après 5 secondes, l'effet « coucher de soleil » commence, il vous accompagnera jusqu'au sommeil pendant 15 minutes.
- Si vous souhaitez un effet « coucher de soleil » d'une durée de 30 minutes, appuyez à nouveau sur la touche (10)  : le voyant (12) s'allume. Après 5 secondes, l'effet « coucher de soleil » commence, il vous accompagnera jusqu'au sommeil pendant 30 minutes.
- Si vous souhaitez un effet « coucher de soleil » d'une durée de 60 minutes, appuyez à nouveau sur la touche (10)  : le voyant (13) s'allume. Après 5 secondes, l'effet « coucher de soleil » commence, il vous accompagnera jusqu'au sommeil pendant 60 minutes.

A TOUT MOMENT

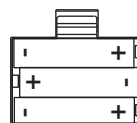
- Touche SNOOZE ON/OFF (23) SNOOZE ON/OFF = pour allumer ou éteindre la lumière
- Touche réglage du son (22)  = pour augmenter ou réduire le volume du son ou de la radio
- Touche réglage de la lumière (21)  = pour augmenter ou réduire le volume de la lumière
- Pour écouter la radio : appuyez sur la touche (4) FM : la radio s'allume. Pour arrêter la radio : appuyez sur la touche 4 FM : la radio s'éteint.

13- Changement des piles

Votre appareil SUNSHINE® fonctionne sur secteur, cependant, les piles prévues dans votre simulateur d'aube sont une sécurité, en cas de panne de courant pour garder en mémoire tous les paramètres que vous avez réglés.

- N'associez jamais une pile neuve et une pile ancienne.
- Votre appareil SUNSHINE® nécessite 3 piles LR3 AAA (non fournies).
- N'utilisez que des piles LR3 AAA.

- Lorsque vous changez les piles, respectez le sens indiqué dans la trappe à piles :



- Enlevez les piles lorsqu'elles sont vides ou si vous prévoyez de ne pas utiliser l'appareil pendant longtemps.

14-Entretien

- Votre appareil nécessite très peu d'entretien. Vous pouvez le nettoyer à l'aide d'un chiffon sec ou légèrement humide.
- Prenez bien soin de sécher les parties que vous venez de nettoyer.
- Ne plongez jamais votre appareil dans l'eau.

15-Participons à la protection de l'environnement !

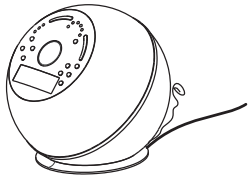


- ① Votre appareil contient de nombreux matériaux valorisables ou recyclables.
- ➔ Confiez celui-ci dans un point de collecte ou à défaut dans un centre de service agréé pour que son traitement soit effectué.

16-En cas de problème

- L'appareil ne fonctionne pas.
Vérifiez que la prise est bien branchée sur le secteur.
Vérifiez que votre prise fonctionne.
 - L'appareil ne prend pas en compte mes réglages => Débranchez votre appareil en retirant la prise du secteur, puis rebranchez-le. Vous pouvez ensuite recommencer vos réglages.
 - L'alarme s'est déclenchée mais je n'ai pas entendu de son => l'intensité du son est peut-être réglée sur 0, ou à un niveau trop bas. Reportez vous au point (b) du chapitre 3.
- Ou alors, peut être avez-vous désactivé l'alarme. Pour l'activer, reportez vous au chapitre 5.
- La radio ne fonctionne pas ou émet des grésillements => le fil d'antenne (27) n'est peut être pas bien déplié.
 - La radio programmée pour me réveiller n'a pas fonctionné => Désactivez l'alarme, allumez la radio pour vérifier si elle fonctionne correctement. Vérifiez aussi que le fil d'antenne (27) est bien déplié.
 - L'heure de votre simulateur d'aube clignote. Il y a peut-être eu une panne de courant et vos piles sont peut être usées => Vérifiez vos piles et changez les si besoin.

SCHNELLES EINSTELLEN



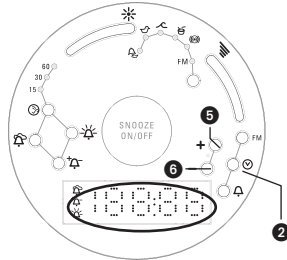
1 Installation

- Stellen Sie Ihr Gerät auf Ihren Nachttisch
- Schließen Sie es an das Stromnetz an.

Am Anfang können Sie sich mit dem Einstellen der Uhrzeit und der Weckzeit begnügen.

DE

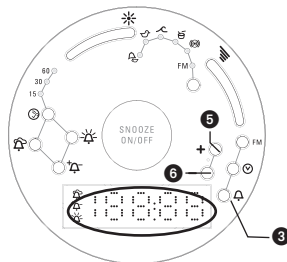
2 Die Uhrzeit einstellen



- Drücken Sie einmal die Taste (2) : Die Stundenanzeige beginnt zu blinken.
- Drücken Sie die Tasten + oder - (5 oder 6), um die Stunden vorbeilaufen zu lassen.
- Drücken Sie erneut die Taste (2) , um bei einer Stundenanzeige anzuhalten und stellen Sie nun die Minutenanzeige ein.
- Die Minutenanzeige beginnt zu blinken
- Drücken Sie nun die + oder - Taste (5 oder 6), um die Minuten vorbeilaufen zu lassen.
- Drücken Sie erneut die Taste (2) , um bei einer Minutenanzeige anzuhalten.

Die Uhrzeit ist nun eingestellt.

3 Die Weckzeit einstellen



- Drücken Sie einmal die Taste (3) : Die Stundenanzeige beginnt zu blinken.
- Drücken Sie die Tasten + oder - (5 oder 6), um die Stunden vorbeilaufen zu lassen.
- Drücken Sie erneut die Taste (3) , um bei einer Stundenanzeige anzuhalten und stellen Sie nun die Minutenanzeige ein.
- Die Minutenanzeige beginnt zu blinken
- Drücken Sie nun die + oder - Taste (5 oder 6), um die Minuten vorbeilaufen zu lassen.
- Drücken Sie erneut die Taste (3) , um bei einer Minutenanzeige anzuhalten

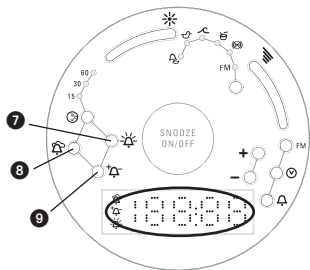
Die Weckzeit ist nun eingestellt.

4 Den Wecktyp einstellen

Den Weckmodus einstellen:

Nun können Sie einstellen, wie Sie geweckt werden wollen: Drücken Sie einfach die gewünschte Taste:

- Taste (7) = Einstellung Stimulierendes Wecken)
- Taste (8) = Einstellung Sanftes Wecken
- Taste (9) = Einstellung Personalisiertes Wecken (Notiz)



5 Die Programme einstellen:

- Beim Programm: **Sanftes Wecken** werden Sie mit Licht geweckt, das 45 Minuten lang allmählich immer heller wird. Anschließend ertönt ein sanfter Klang: Windspiel, Vogelgesang oder Meer und wellen.
- Wenn Sie sich für das Programm **Stimulierendes Wecken** entscheiden, werden Sie mit Licht geweckt, das 15 Minuten lang allmählich immer heller wird. Anschließend ertönt ein stimulierender Klang: Trommeln oder Tibetischer Gong.
- Wenn Sie sich für das Programm **Personalisiertes Wecken** entscheiden, können Sie das allmählich immer heller werdende Licht ganz nach Laune wahlweise auf 15, 30 oder 45 Minuten einstellen. Anschließend ertönt der von Ihnen eingestellte Klang oder das Radio.

Einstellungen siehe Gebrauchsanweisung Kapitel 8, 9 und 10.

EINFÜHRUNG / PRÄSENTATION IHRES WAKE-UP LIGHTS

Wir freuen uns, dass Sie sich für den Kauf des **Sunshine®** Wake-Up Lights von ROWENTA entschieden haben, das entwickelt wurde, um Ihnen zu helfen, mit langsam intensiver werdendem Licht und sanften oder stimulierenden Lauten leichter wach zu werden. .

Die Bedeutung von Licht für unseren Organismus

Licht ist für den Menschen lebenswichtig. Es hat einen Einfluss auf unsere auf einem gleich bleibenden Tag-Nacht-Rhythmus beruhende innere Uhr. Das Licht setzt am Morgen auf natürliche Weise unsere innere Uhr in Betrieb, indem es die Sekretion von Kortisol, dem Hormon des Aufwachens und der Energie anregt. Am Abend ist das abklingende Licht ein Signal für unseren Körper, dass es an der Zeit ist, das auf die Nachtruhe vorbereitende Hormon Melatonin zu produzieren. Es ist deshalb wichtig, dass unser Organismus den Tag und die Nacht zur rechten Zeit registriert, da eine falsche Synchronisierung den Schlaf-Wach-Rhythmus dereguliert, was zu einem Mangel an Energie und Schwierigkeiten beim Einschlafen führt.

Sunshine® verbreitet jeden Morgen farbiges Licht mit einem „Sonnenaufgang“ Effekt. Die rot-orange Farbpalette besitzt eine energispendende Wirkung auf Körper und Geist.

WIE FUNKTIONIERT IHR WAKE-UP LIGHT?

Die Wirkungsweise von Sunshine®:

Sunshine® von ROWENTA bereitet Sie sanft auf das Aufwachen vor, indem das Gerät einen Sonnenaufgang wie in der freien Natur simuliert: das nach und nach immer heller werdende Licht wird von den Augen registriert und informiert den Körper, dass es an der Zeit ist, Kortisol zu produzieren. Die Körpertemperatur steigt daraufhin auf die Tagestemperatur an und Sie wachen sanft und auf natürliche Weise auf.

Alle Menschen haben eine ganz individuelle Lichtempfindlichkeit und deshalb lässt sich die Lichtintensität von **Sunshine®** ganz nach Wunsch einstellen, damit Sie Ihren Tag entspannt und voller Energie beginnen können.

Sunshine® kann auch zum Einschlafen eingesetzt werden. Mit seiner Soft Sleep Funktion können Sie ihn abends so einstellen, dass das Licht nach und nach ausgeht und Sie langsam einschlafen.

1-BESCHREIBUNG

- | | |
|--|--|
| 1 – Digitale Anzeige der Uhrzeit | 17 – Weckton „Trommeln“ für ein stimulierendes Aufwachen |
| 2 – Uhrzeit einstellen | 18 – Weckton „Tibetanischer Gong“ für ein stimulierendes Aufwachen |
| 3 – Uhrzeit und Weckalarm einstellen | 19 – Radio |
| 4 – Radio einstellen | 20 – Einstelltaste für die Laute |
| 5 – 6 : Einstelltasten + und – | 21 – Einstelltaste für die Lichtintensität + oder – |
| 7 – Stimulierendes Wecken einstellen | 22 – Einstelltaste für die Lautstärke + oder – |
| 8 – Sanftes Wecken einstellen | 23 – Snooze und An/Aus Funktion |
| 9 – Personalisiertes Wecken einstellen | 24 – Symbol Stimulierendes Wecken |
| 10 – Soft Sleep Funktion einstellen | 25 – Symbol Sanftes Wecken |
| 11 – Programmierung 15 Minuten | 26 – Symbol Personalisiertes Wecken |
| 12 – Programmierung 30 Minuten | 27 – Antennendraht |
| 13 – Programmierung 60 Minuten | 28 – Stromkabel |
| 14 – Weckton „Windspiel“ für ein sanftes Aufwachen | 29 – Basis |
| 15 – Weckton „Vogelgesang“ für ein sanftes Aufwachen | 30 – Batteriefach |
| 16 – Weckton „Meer und Wellen“ für ein sanftes Aufwachen | 31 – Lautsprecher |

DE

Wichtig

Bitte lesen Sie für einen optimalen Einsatz Ihres SUNSHINE® Wake-Up Lights die Gebrauchsanweisung sowie die Sicherheitshinweise vor der Benutzung des Geräts aufmerksam durch.

2-SICHERHEITSHINWEISE

Um Ihre Sicherheit zu gewährleisten, entspricht dieses Gerät den gültigen Normen und Bestimmungen (Niederspannung, elektromagnetische Verträglichkeit, Umwelt..).

- Dieses Gerät darf nicht von Personen (inbegriffen Kindern) mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten benutzt werden. Das Gleiche gilt für Personen, die keine Erfahrung mit dem Gerät besitzen oder sich mit ihm nicht auskennen, außer wenn sie von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person beaufsichtigt werden oder von dieser mit dem Gebrauch des Gerät vertraut gemacht wurden. Kinder müssen beaufsichtigt werden, damit sie nicht mit dem Gerät spielen.
- Vergewissern Sie sich, dass die Betriebsspannung Ihres Geräts mit der Spannung Ihrer Elektroinstallation übereinstimmt. Ein fehlerhafter Anschluss kann irreparable Schäden hervorrufen, die nicht von der Garantie abgedeckt sind.
- Benutzen Sie das Gerät nicht und treten Sie mit einem zugelassenen Kundendienstcenter in Kontakt, wenn: Ihr Gerät zu Boden gefallen ist und nicht richtig funktioniert.
- Wichtig: das Gerät darf nicht ins Wasser getaucht oder unter fließendes Wasser gehalten werden.
- Das Gerät darf nicht über längere Zeit Temperaturen unter 0°C oder über 35°C (beispielsweise unter einer Scheibe in der vollen Sonne) ausgesetzt werden.
- Das Stromkabel, das Gerät und das Zubehör dürfen nicht in der Nähe von Wärmequellen aufbewahrt werden.
- Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn es Betriebsstörungen aufweist oder zu Boden gefallen ist (unsichtbare Schäden können Ihre Sicherheit gefährden).
- Bei den Gebrauchsratschlägen handelt es sich lediglich um Richtlinien, die im Falle von den Wünschen des Benutzers nicht entsprechenden Ergebnissen zu keiner Haftung von Calor führen.
- Beziehen Sie sich bei Betriebsstörungen aller Art auf den Abschnitt „Im Problemfall“ oder treten Sie mit unserem Verbraucherdienst oder Ihrem Fachgeschäft in Verbindung.

VORSICHT: Die eingelegten Batterien dürfen keiner übermäßigen Hitzeeinwirkung durch Sonne, Feuer oder sonstige Faktoren ausgesetzt werden. Der Netzstecker dient zum Ausstecken des Geräts und muss stets bequem zugänglich sein. Wenn das Stromkabel beschädigt ist, muss es, um jegliche Gefahr zu vermeiden, vom Hersteller, einem Mitarbeiter des Kundendienstes oder ähnlich qualifizierten Personen ausgetauscht werden.

GARANTIE: Dieses Gerät ist ausschließlich für den Hausgebrauch bestimmt. Es darf nicht für gewerbliche Zwecke eingesetzt werden. Bei unsachgemäßer Benutzung erlischt die Garantie.

3–Die Funktionen Ihres Wake–Up Lights


a) Wecktöne und UKW Radio


Ihr Wake–Up Light bietet 5 Wecktöne und das Radio, um Sie zu wecken und/oder beim Einschlafen zu begleiten:

- 1 – Windspiel (14)  (sanftes Wecken)
- 2 – Vogelgesang (15)  (sanftes Wecken)
- 3 – Meer und Wellen (16)  (sanftes Wecken)
- 4 – Trommeln (17)  (stimulierender Weckton)
- 5 – Tibetischer Gong (18)  (stimulierendes Wecken)
- 6 – Radio (19) FM (UKW)

⇨ Bitte beziehen Sie sich zum Einstellen der verschiedenen Wecktöne auf die Abschnitte 8, 9 und 10.

b) Lautstärke und Lichtintensität (Tasten 21–22)

– Taste zum Einstellen der Lichtintensität mit +/- (21)  = die Intensität des Lichts erhöhen oder reduzieren.

– Taste zum Einstellen der Lautstärke mit +/- (22)  = die Lautstärke der Wecktöne oder des Radios erhöhen oder reduzieren.

4–BENUTZUNG

Vor der ersten Inbetriebnahme

- 1 – Stellen Sie das Gerät auf eine ebene und stabile Fläche in der Nähe Ihres Bettes auf, zum Beispiel auf den Nachttisch.
- 2 – Schließen Sie das Stromkabel an das Stromnetz an.
 > die Uhrzeit wird angezeigt (00:00) und blinkt.
- 3 – Nun kann die Uhrzeit eingestellt werden. Bitte beziehen Sie sich dazu auf Abschnitt 5– Uhrzeit einstellen.

WICHTIG!

Wenn Sie die Lichtintensität beim Aufwachen als zu intensiv empfinden, reduzieren Sie die Lichtintensität bitte wie in Punkt (b) in Kapitel 3 beschrieben.

5–Die Uhrzeit einstellen 12:34 (Taste 2 ☺)

Sobald Ihr Wake–Up Light ans Stromnetz angeschlossen ist, wird die Uhrzeit angezeigt (00:00) und die Zahlen blinken.




- Drücken Sie die Taste (2) ☺ die Stundenanzeige beginnt zu blinken
- Drücken Sie nun die + oder - Taste (5 oder 6), um die Stunden vorbeilaufen zu lassen.
- Drücken Sie erneut die Taste (2) ☺ um bei einer Stundenanzeige anzuhalten und stellen Sie nun die Minutenanzeige ein.
- die Minutenanzeige beginnt zu blinken
- Drücken Sie nun die + oder - Taste (5 oder 6), um die Minuten vorbeilaufen zu lassen.
- Drücken Sie erneut die Taste (2) ☺ um bei einer Minutenanzeige anzuhalten.

Die Uhrzeit ist nun eingestellt.



Wenn die Tasten 5 oder 6 länger als 2 Sekunden gedrückt werden, laufen die Zahlen besonders schnell ab.

6–Die Weckzeit einstellen 06:18 (Taste 3)

- Drücken Sie einmal die Taste (3)  die Stundenanzeige beginnt zu blinken.
 - Drücken Sie nun die + oder - Taste (5 oder 6), um die Stunden vorbeilaufen zu lassen.
 - Drücken Sie erneut die Taste (3)  um bei einer Stundenanzeige anzuhalten.
- die Minutenanzeige beginnt zu blinken
 - Drücken Sie nun die + oder - Taste (5 oder 6), um die Minuten vorbeilaufen zu lassen.
 - Drücken Sie erneut die Taste (3)  um bei einer Minutenanzeige anzuhalten.

DE




Die Weckzeit ist nun eingestellt.



Wenn die Tasten 5 oder 6 länger als 2 Sekunden gedrückt werden, laufen die Zahlen besonders schnell ab.


Den Weckmodus einstellen:

Nun können Sie einstellen, wie Sie geweckt werden wollen: Drücken Sie einfach die gewünschte Taste:

- Taste (7)  = Einstellung Stimulierendes Wecken
- Taste (8)  = Einstellung Sanftes Wecken
- Taste (9)  = Einstellung Personalisiertes Wecken

⇒ Beziehen Sie sich zum vollständigen Einstellen des Weckmodus bitte auf die die Punkte 8 -9 und 10.



Sie mit Hilfe der Taste (20)  zwischen den verschiedenen Wecktönen wählen. Das zuletzt gewählte Weckton-Symbol bleibt angeschaltet, ohne einen Weckton von sich zu geben. Es ist nach 7 Sekunden eingestellt.

7–Den Radiosender FM (UKW) einstellen (Taste 4)

Sie können mit Ihrem Wake-Up Light jederzeit Radio hören.

Drücken Sie dazu einmal die Taste (4) FM: das Radio geht an.

Ausschalten des Radios: Drücken Sie einmal die Taste (4) FM : das Radio geht aus.


1) Den Radiosender einstellen:

- Drücken Sie die Taste (4) FM Anstelle der Stundenanzeige erscheint die Radiofrequenz.
- Drücken Sie nun die + oder - Taste (5 oder 6), um die gewünschte Radiofrequenz einzustellen. Sobald der Radiosender eingestellt ist, **hört die Frequenz nach 5 Sekunden auf zu blinken.**
- Die Radiostation ist nun eingestellt.**
- Auf dem Digitaldisplay erscheint erneut die Stundenanzeige.**
- Drücken Sie zum Ausschalten des Radios die Taste (4) FM.



Wenn die Tasten 5 oder 6 länger als 2 Sekunden gedrückt werden, laufen die Radiosender besonders schnell ab.

2) Die Lautstärke des Radios einstellen:

- Drücken Sie die Taste zum Einstellen der Lautstärke + oder -  (22) um die Lautstärke zu erhöhen oder zu reduzieren.

Einführung in die 3 Weckarten und in den Softsleep-Modus Ihres „Sunshine®“ Wake-Up Lights:

Ihr Sunshine® Wake-Up Light Sunshine® verfügt über 3 verschiedene Weckarten: Sanftes Wecken, Stimulierendes Wecken und Personalisiertes Wecken. Diese Weckarten sind detailliert in den Kapiteln 8, 9 und 10 beschrieben.

1) SANFTES Wecken 

45 Minuten

Beim Modus „Sanftes Wecken“ werden Sie mit sanftem Licht in Gelb- und Orangetönen geweckt. Der Sonnenaufgang dauert 45 Minuten, bis zur Weckzeit. Anschließend ertönt eine sanfte Musik, die „Zen“ Energie verleiht und dafür sorgt, dass Sie Ihren Tag entspannt und fröhlich angehen.

2) STIMULIERENDES Wecken 

15 Minuten

Im „Stimulierend“ Modus werden Sie mit peppigem Licht in Rotorange- und Hellgelbtönen geweckt. Der Sonnenaufgang dauert 15 Minuten, bis zur Weckzeit. Anschließend ertönt eine stimulierende Musik, die dafür sorgt, dass Sie Ihren Tag mit einer positiven Einstellung und voller Energie angehen.

3) PERSONALISIERTES Wecken 

15 - 30 - 45

In diesem Modus können die Dauer des Sonnenaufgangs und die Musik ganz nach der Laune des Tages eingestellt werden. Der Sonnenaufgang kann wahlweise auf 15, 30 oder 45 Minuten dauern.




- DIE SOFTSLEEP FUNKTION: 

15 - 30 - 60







Mit seiner Soft Sleep Funktion können Sie Ihr Wake-Up Light abends so einstellen, dass das Licht langsam ausgeht (15, 30 oder 60 Minuten) und Sie langsam einschlafen.



8-Den Weckmodus SANFTES WECKEN  (Taste 8) einstellen

In diesem Weckmodus haben Sie die Wahl zwischen 3 verschiedenen beruhigenden Wecktönen:

- (14) -  Windspiel
- (15) -  Vogelgesang
- (16) -  Meer und Wellen

Gebrauchsanweisung

- 1 - Drücken Sie die Taste 8 länger als 2 Sekunden (8) .
- 2 - Anschließend können Sie eines der für die jeweiligen Wecktöne stehenden blinkenden Symbole wählen: (14) , (15)  und (16) . Benutzen Sie dazu die Taste (20) . Die verschiedenen Wecktöne erklingen ein paar Sekunden lang.
- 3 - Drücken Sie, sobald Sie einen Weckton wählen wollen, zur Bestätigung die Taste (8) . Der Weckton wird 7 Sekunden nachdem Sie losgelassen haben eingestellt. Das entsprechende Symbol leuchtet weiterhin auf, um anzuzeigen, dass der Weckton aktiviert ist.

=> **Der Weckmodus „Sanftes Wecken“ ist eingestellt. Das entsprechende Symbol  leuchtet weiterhin auf, um anzuzeigen, dass dieser Weckmodus für den nächsten Morgen aktiviert ist. Zur Deaktivierung dieses Modus muss erneut die Taste (8)  gedrückt werden.**






9-Den Weckmodus STIMULIERENDES WECKEN  (Taste 7) einstellen

In diesem Weckmodus haben Sie die Wahl zwischen 2 verschiedenen stimulierenden Wecktönen:


(17) –  Trommeln

(18) –  Tibetanischer Gong

Gebrauchsanweisung:

- 1 – Drücken Sie die Taste (7)  länger als 2 Sekunden .
- 2 – Anschließend können Sie eines der für die jeweiligen Wecktöne stehenden blinkenden Symbole wählen: (17)  und (18)  Benutzen Sie dazu die Taste . Die verschiedenen Wecktöne erklingen ein paar Sekunden lang.
- 3 – Drücken Sie, sobald Sie einen Weckton wählen wollen, zur Bestätigung die Taste (7) . Der Weckton wird 7 Sekunden nachdem Sie losgelassen haben eingestellt. Das entsprechende Symbol leuchtet weiterhin auf, um anzuzeigen, dass der Weckton aktiviert ist.

DE

=> Der Weckmodus „Stimulierendes Wecken“ ist eingestellt. Das entsprechende Symbol  leuchtet weiterhin auf, um anzuzeigen, dass dieser Weckmodus für den nächsten Morgen aktiviert ist. Zur Deaktivierung dieses Modus muss erneut die Taste (7)  gedrückt werden.









10–Den Weckmodus PERSONALISIERTES WECKEN (Taste 9) einstellen

In diesem Weckmodus können Sie alle Einstellungen ganz nach Wunsch vornehmen:



- 1 – Sie haben die Wahl zwischen den 5 Wecktönen, dem Radio oder dem Modus Nur Licht.
- 2 – Sie können die Lautstärke einstellen
- 3 – Sie können die Lichtintensität einstellen
- 4 – Sie können die Dauer der ansteigenden Lichtintensität (15,30 oder 45 Min) wählen

Gebrauchsanweisung:


Schritt 1: Sie haben die Wahl zwischen den 5 Wecktönen, dem Radio oder dem Modus Nur Licht.

- Drücken Sie die Taste 9 länger als 2 Sekunden (9) . Die Anzeigelämpchen aller Wecktöne beginnen zu blinken.
- Sie können mit Hilfe der Taste (20)  zwischen den für die jeweiligen Wecktöne stehenden blinkenden Symbole wählen: (14)  (15)  (16)  (17)  (18)  und FM (UKW) Die verschiedenen Wecktöne erklingen ein paar Sekunden lang.
- Wenn Sie das Radio als Weckton eingestellt haben: der eingestellte Radiosender kann durch einen Druck auf die Tasten + /- (5) und (6).
- Drücken Sie, sobald Sie einen Weckton oder einen Radiosender wählen wollen, zur Bestätigung die Taste (9) . Ihre Einstellung wird 7 Sekunden nachdem Sie losgelassen haben eingestellt. Das entsprechende Symbol leuchtet weiterhin auf, um anzuzeigen, dass der Weckton aktiviert ist.



Schritt 2: Die Lautstärke einstellen:

- Drücken Sie die Taste zum Einstellen der Lautstärke + / -  (22), um die Lautstärke zu erhöhen oder zu reduzieren. Drücken Sie anschließend die Taste (9) . **Die Lautstärke ist nun für das nächste Wecken eingestellt.**




Wenn Sie nicht durch den Weckton, sondern nur durch das Licht geweckt werden wollen: stellen Sie mit der Taste (22)  die Lichtintensität 0 ein.



Schritt 3: Die Lichtintensität einstellen:

- Drücken Sie die Taste zum Einstellen der Lichtintensität + / -  (21) um die Lichtintensität zu erhöhen oder zu reduzieren. Drücken Sie anschließend die Taste . **Die Lichtintensität ist nun für das nächste Wecken eingestellt.**

WICHTIG: Die Lichtintensität Ihres Wake-Up Lights wird in einer Skala von 0 bis 10 auf dem Digitaldisplay angezeigt. Wenn die Zahl 0 erscheint, ist das Licht abgeschaltet. Bei den ersten Einstellungen ist es nicht einfach, sofort die für Sie ideale Intensität herauszufinden. Versuchen Sie, sich vorzustellen, dass Sie am nächsten Morgen mit dieser Lichtintensität aufgeweckt werden. Entscheiden Sie sich im Zweifelsfall für einen Mittelwert von 5. Sie können Ihre Einstellung jederzeit ändern, beachten Sie dabei die Anweisungen in Punkt (b) im Kapitel 3.




Schritt 4: Die Dauer der ansteigenden Lichtintensität (15, 30 oder 45 Min) einstellen:

- Anstelle der Uhrzeit wird auf dem Digitaldisplay eine Zahl angezeigt, die die Dauer der ansteigenden Lichtintensität angibt: 15, 30 oder 45 Minuten. Diese Zahl blinkt. Stellen Sie mit den Tasten + oder - (5) oder (6) eine Zahl ein. Drücken Sie erneut die Taste (9) , Die Dauer der ansteigenden Lichtintensität ist nun eingestellt.







=> **Der Weckmodus „Personalisiertes Wecken“ ist eingestellt. Das entsprechende Symbol  leuchtet weiterhin auf, um anzuzeigen, dass dieser Weckmodus für den nächsten Morgen aktiviert ist. Zur Deaktivierung dieses Modus muss erneut die Taste (9)  gedrückt werden.**

11-Snooze Funktion SNOOZE ON/OFF (Taste 23)

Ihr Gerät verfügt über eine „SNOOZE“ Taste SNOOZE ON/OFF (23) oder „Wiederholen“ Taste, mit der Sie den Weckton erneut einstellen können, wenn Sie nicht sofort aufstehen wollen.




- 1) Drücken Sie, sobald der Weckton ertönt, ein Mal die SNOOZE Taste: der Weckton wird langsam leiser und ertönt 5 Minuten später erneut.
- 2) Während dieser Zeit blinkt das dem eingestellten Weckmodus entsprechende leuchtende Symbol  oder  oder , um anzuzeigen, dass die **Snooze Funktion** eingestellt ist.

- Zum endgültigen Ausschalten Ihres Wake-Up Lights = drücken Sie die Snooze Taste länger als 2 Sekunden. Ihr Wecker ist nun ausgeschaltet und schaltet sich am nächsten Morgen automatisch wieder ein.



=> **Das entsprechende Symbol  oder  oder , leuchtet weiterhin auf, um anzuzeigen, dass der Weckton für den nächsten Morgen aktiviert ist. Zum Deaktivieren des Wecktons für den nächsten Morgen brauchen Sie nur die dem gewählten Weckmodus entsprechende Taste  oder  oder  zu drücken. Das leuchtende Symbol geht aus, um anzuzeigen, dass der Wecker deaktiviert ist.**

12-Die Funktion SOFTSLEEP (Taste 10) einstellen

Die Funktion SOFTSLEEP oder „Abenddämmerung“ einstellen:

- Drücken Sie die Taste (10)  : das Lämpchen (11), welches einer Dauer von 15 Minuten entspricht, geht an. Der Effekt „Abenddämmerung“ läuft nach 5 Sekunden an und begleitet Sie 15 Minuten lang in den Schlaf.
- Wenn Sie wünschen, dass der Effekt „Abenddämmerung“ 30 Minuten dauert, drücken Sie erneut die Taste (10)  : das Lämpchen (12) geht an. Der Effekt „Abenddämmerung“ läuft nach 5 Sekunden an und begleitet Sie 30 Minuten lang in den Schlaf.
- Wenn Sie wünschen, dass der Effekt „Abenddämmerung“ 60 Minuten dauert, drücken Sie erneut die Taste  : das Lämpchen (13) geht an. Der Effekt „Abenddämmerung“ läuft nach 5 Sekunden an und begleitet Sie 60 Minuten lang in den Schlaf

JEDERZEIT

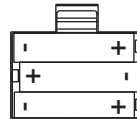
- SNOOZE AN/AUS TASTE (23) ^{SNOOZE}_{ON/OFF} = zum An- und Ausschalten des Lichts
- Taste zum Einstellen der Lautstärke (22)  = zum lauter und leiser stellen der Lautstärke oder des Radios
- Taste zum Einstellen der Lichtintensität (21)  = zum Erhöhen oder Reduzieren der Lichtintensität
- Zum Radio hören: Drücken Sie die Taste (4) FM : : das Radio geht in Betrieb/ Zum Ausstellen des Radios: Drücken Sie die Taste 4: Das Radio schaltet sich aus.

DE

13-Die Batterien austauschen

Ihr SUNSHINE® Wake-Up Light wird an das Stromnetz angeschlossen, verfügt jedoch zur Sicherheit ebenfalls über Batterien, die im Falle eines Stromausfalls dafür sorgen, dass alle von Ihnen eingestellten Parameter gespeichert bleiben.

- Legen Sie nie eine neue zusammen mit einer alten Batterie ein.
- Ihr SUNSHINE® Gerät wird mit 3 LR3 AAA betrieben (nicht mitgeliefert).
- Verwenden Sie ausschließlich LR3 AAA Batterien.
- Beachten Sie beim Auswechseln der Batterien die im Batteriefach angegebene Richtung (Abbildung):
- Nehmen Sie die Batterien heraus, sobald sie leer sind oder wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen wollen.



14-Wartung

- Ihr Gerät muss kaum gewartet werden. Es kann mit einem trockenen oder leicht angefeuchteten Tuch gereinigt werden.
- Trocknen Sie die frisch gereinigten Teile sorgfältig ab.
- Tauchen Sie das Gerät nicht ins Wasser.

15-Denken Sie an den Schutz der Umwelt!

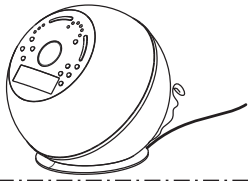


- ① Ihr Gerät enthält wertvolle Rohstoffe, die wieder verwertet werden können.
- ➔ Geben Sie Ihr Gerät deshalb bitte bei einer Sammelstelle Ihrer Stadt oder Gemeinde ab.

16-Falls es Probleme gibt

- Das Gerät funktioniert nicht.
Vergewissern Sie sich, dass der Stecker an den Stromkreis angeschlossen ist.
Vergewissern Sie sich, dass Ihre Steckdose funktioniert.
- Das Gerät berücksichtigt meine Einstellungen nicht => Stecken Sie das Gerät aus und halten Sie dabei die Steckdose gut fest, stecken Sie es anschließend wieder an. Sie können nun Ihre Einstellungen erneut vornehmen.
- Der Wecker ist angegangen, aber ich habe keinen Weckton gehört => Die Lautstärke ist vielleicht auf 0 oder zu niedrig eingestellt. Siehe Punkt (b) in Kapitel 3.
Vielleicht haben Sie aber auch den Weckton deaktiviert. Um ihn zu aktivieren, siehe Kapitel 5.
- Das Radio funktioniert nicht oder gibt Rauschtöne von sich => der Antennendraht (27) ist vielleicht nicht richtig aufgefaltet.
- Das zum Wecken eingestellte Radio hat nicht funktioniert => Deaktivieren Sie den Wecker und schalten Sie das Radio an, um zu überprüfen, ob es richtig funktioniert. Überprüfen Sie, ob der Antennendraht (27) richtig aufgefaltet ist.
- Die Uhrzeitanzeige Ihres Wake-Up Lights blinkt. Es gab vielleicht einen Stromausfall oder Ihre Batterien sind leer => Überprüfen Sie Ihre Batterien und wechseln Sie sie gegebenenfalls aus.

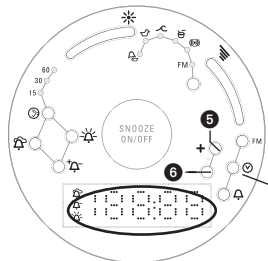
SNELLE INSTELLING



1 Installatie

- plaats uw apparaat op uw nachtkastje
- steek de stekker in het stopcontact.

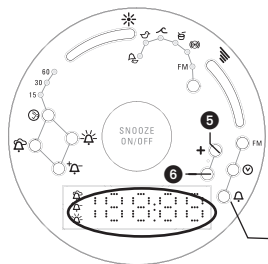
Instellen van tijd en wekker alleen volstaat om te beginnen.



2 Tijd instellen

- Druk een keer op toets (2) ☺ : de cijfers voor de uren knipperen.
- Druk op de + of - (5 of 6) toets om de uren voorbij te laten trekken.
- Druk op toets (2) ☺ om het uur vast te leggen en ga dan door met het instellen van de minuten.
- De cijfers voor de minuten knipperen.
- Druk op de + of - (5 of 6) toets om de minuten voorbij te laten trekken.
- Druk op toets (2) ☺ om de minuten vast te leggen..

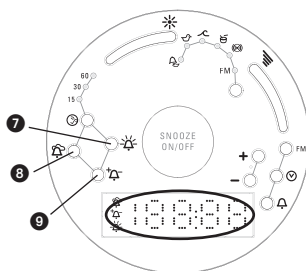
De tijd is nu ingesteld.



3 Wekker instellen

- Druk een keer op toets (3) ⚠ : de cijfers voor de uren knipperen
- Druk op de + of - (5 of 6) toets om de uren voorbij te laten trekken.
- Druk opnieuw op toets (3) ⚠ om het uur vast te leggen.
- De cijfers voor de minuten knipperen
- Druk op de + of - (5 of 6) toets om de minuten voorbij te laten trekken.
- Druk opnieuw op toets (3) ⚠ om de minuten vast te leggen.

De wektijd is nu ingesteld.



4 Type wekken instellen

Type wekken instellen:

U kunt nu uw type wekken instellen: druk alleen op de toets van uw keuze:

- Toets (7) ☼ = wekinstelling Tonic
- Toets (8) ☺ = wekinstelling Soft
- Toets (9) ⚠ = wekinstelling Perso (handleiding)

5 Programmakeuze

- Wanneer u kiest voor het programma: **Zacht Ontwaken** ⚠ wordt u wakker met een over een periode van 45 minuten geleidelijk sterker wordend licht, gevolgd door een zacht geluid: een carillon, vogelgezing of see en golfslag.
 - Wanneer u kiest voor het programma: **Energiek Ontwaken** ☼ wordt u wakker met een over een periode van 15 minuten geleidelijk sterker wordend licht, gevolgd door een energiek geluid: percussie of Tibetaanse Gong.
 - Wanneer u kiest voor het programma: **Individueel Ontwaken** ⚠ wordt u naar gelang uw stemming met een over een periode van 15, 30 of 45 minuten geleidelijk sterker wordend licht wakker, gevolgd door het geluid van uw keuze of de radio.
- Voor de instellingen verwijzen we naar de handleiding, hoofdstukken 8, 9 en 10.

INTRODUCTIE / PRESENTATIE VAN UW DAGERAAD SIMULATOR

Wij danken u voor uw aankoop van de **Sunshine®**, de dageraad simulator van ROWENTA die werd ontwikkeld om u het ontwaken dankzij een geleidelijk sterker wordend licht in combinatie met rustige of energieke geluiden aangenamer te maken. .

De invloed van het licht op uw organisme

Licht is van levensbelang voor de mens. Het heeft in combinatie met het regelmatige ritme van dag en nacht een grote invloed op onze interne klok. Het eerste daglicht zet onze interne klok op natuurlijke wijze in werking door de aanmaak van cortisol, het hormoon dat ons wakker houdt en energie geeft, te stimuleren. 's Avonds, geeft het verdwijnende licht ons lichaam het teken dat het tijd is om melatonine aan te maken, een hormoon dat ons helpt in slaap te vallen. Het is ook belangrijk dat ons organisme dag en nacht op het juiste moment optekent want een verkeerde synchronisatie ontregelt het waak-slaap ritme en stelt ons bloot aan energietekorten en inslaapproblemen.

NL

Elke ochtend verspreidt Sunshine® gekleurd licht dat een waarachtige « zonsopgang » nabootst met oranje-rood licht om zo een energiegelende werking op lichaam en geest te hebben.

HOE WERKT UW DAGERAAD SIMULATOR?

De werking van Sunshine®:

Sunshine® van ROWENTA bereidt u op zachte wijze voor op uw ontwaken door een natuurgetrouwe zonsopgang na te bootsen: het geleidelijk sterker wordende licht wordt door de ogen opgevangen en geeft aan dat het tijd is cortisol aan te maken. De lichaamstemperatuur groeit naar het dagelijks niveau en u wordt geleidelijk aan, op geheel natuurlijke wijze, wakker.

Ieder mens is op een andere manier gevoelig voor het licht, daarom heeft u de mogelijkheid de lichtsterkte van **Sunshine®** aan uw behoefte aan te passen om zo ontspannen en vol energie aan uw dag te beginnen.

Sunshine® helpt u ook bij het slapen gaan. Dankzij de soft sleep functie kunt u het apparaat 's avonds zo afstellen dat het licht langzaam uitgaat en u geleidelijk in slaap kunt vallen.

1-BESCHRIJVING

- | | |
|---|--|
| 1 - Digitale tijds aanduiding | 17 - Geluid «percussie » voor energiek ontwak |
| 2 - Tijdsinstelling | 18 - Geluid «Tibetaanse Gong» voor energiek ontwak |
| 3 - Instelling van de wektijd | 19 - Radio |
| 4 - Radio instellen | 20 - Toets voor geluidenkeuze |
| 5 - 6 : + en - programmeertoetsen | 21 - Insteltoets voor de lichtsterkte + of - |
| 7 - Instelling energiek ontwak | 22 - Insteltoets voor geluidssterkte + of - |
| 8 - Instelling zacht ontwak | 23 - Functie snooze en on/off |
| 9 - Instelling individueel ontwak | 24 - Symbool energiek ontwak |
| 10 - Instelling soft sleep functie | 25 - Symbool zacht ontwak |
| 11 - Programmering 15 minuten | 26 - Symbool individueel ontwak |
| 12 - Programmering 30 minuten | 27 - Antennedraad |
| 13 - Programmering 60 minuten | 28 - Snoer |
| 14 - Geluid «carillon in de wind» voor zacht ontwak | 29 - Voetstuk |
| 15 - Geluid «vogelgezang » voor zacht ontwak | 30 - Batterijklep |
| 16 - Geluid « zee en golfslag» voor zacht ontwak | 31 - Luidspreker |

Om het beste uit uw dageraad simulator SUNSHINE® te halen dient u de gebruiksaanwijzing en de veiligheidsinstructies voor gebruik aandachtig te lezen.

2-VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN

Dit apparaat is omwille van uw veiligheid conform aan de toepasselijke normen en regelgevingen (Leidraden Laagspanning, Elektromagnetische Compatibiliteit, Milieu...).

- Dit apparaat is niet geschikt om gebruikt te worden door personen (met inbegrip van kinderen) met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of mentale vaardigheden of door onervaren en onwetende personen, behalve indien zij onder toezicht staan van een voor hun veiligheid verantwoordelijk persoon of vooraf instructies over het gebruik van het apparaat hebben ontvangen. U dient kinderen niet zonder toezicht te laten om er voor te zorgen dat ze niet met het apparaat spelen.
- Vergewis u ervan dat de voedingsspanning van uw apparaat overeenstemt met die van uw elektrische installatie. Eventuele aansluitfouten kan onherstelbare schade veroorzaken die niet door de garantie wordt gedekt.
- Gebruik uw apparaat niet en neem contact op met een Erkend Service Centre indien: uw apparaat gevallen is, niet normaal functioneert.
- NB: het apparaat dient niet in water te worden onder gedompeld of onder een lopende kraan te worden gehouden.
- Stel het apparaat niet gedurende langere tijd bloot aan temperaturen onder 0°C en boven 35°C (achter een raam in de volle zon bijvoorbeeld).
- Zorg ervoor dat snoer, apparaat en accessoires van elke hittebron verwijderd blijven.
- Gebruik het apparaat nooit in geval van een functionele anomalie, noch na een val (niet zichtbare beschadigingen kunnen uw veiligheid bedreigen).
- De gebruikstips worden ter informatie verstrekt en CALOR kan niet aansprakelijk worden gesteld indien de resultaten niet met de wens van de gebruiker overeenkomen.
- Wij verwijzen naar de paragraaf « bij problemen » voor storingen of neem contact op met onze klantendienst of uw winkelier.






WAARSCHUWING: de geïnstalleerde batterijen dienen niet aan buitensporige hitte, zoals direct zonlicht, vuur of dergelijke te worden bloot gesteld. De stekker is tevens het middel om het apparaat te ontkoppelen en dient onmiddellijk bereikbaar te blijven. Indien het snoer is beschadigd dient het door de fabrikant, zijn service dienst of gelijkwaardig gekwalificeerde personen te worden vervangen teneinde elk gevaar te vermijden.

GARANTIE: Uw apparaat is uitsluitend voor huishoudelijk gebruik bestemd. Het mag niet voor beroepsmatige doeleinden worden gebruikt. De garantie komt te vervallen in geval van oneigenlijk gebruik.

3-Functionaliteiten van uw dageraad simulator

a) Geluiden en FM radio



Uw dageraad simulator biedt 5 geluiden en een radio om u te wekken en/of bij in te slapen:

- 1 - Carillon in de wind (14)  (zacht ontwaken)
- 2 - Vogelgezang (15)  (zacht ontwaken)
- 3 - Zee en golfslag (16)  (zacht ontwaken)
- 4 - Percussie (17)  (energiek ontwaken)
- 5 - Tibetaanse Gong (18)  (energiek ontwaken)
- 6 - Radio (19) FM

NL

⇒ Wij verwijzen naar de punten 8, 9, 10 om de verschillende geluiden naar gelang uw wekkeuze in te stellen.

b) Licht- en geluidsterkte (toetsen 21-22)

- Toets voor het instellen van het licht met +/- (21)  = om de lichtsterkte te verhogen of verlagen.
- Toets voor het instellen van het geluid met +/- (22)  = om de geluidsterkte of het volume van de radio te verhogen of verlagen.

4-GEBRUIK

Voor het eerste gebruik

- 1 - Plaats uw apparaat op een vlak en stabiel oppervlak in de nabijheid van uw bed, bijvoorbeeld op uw nachtkastje.
- 2 - Steek de stekker in het stopcontact:
 - De cijfers voor de tijd (00:00) gaan branden en knipperen
- 3 - U kunt nu met de tijdsinstelling aanvangen. Ga hiervoor naar punt 5-Tijd Instellen.

NB!




Als u het licht te sterk vindt om wakker te worden kunt u de lichtsterkte verminderen met behulp van punt (b) in hoofdstuk 3.

5-Tijd Instellen 12:34 (toets 2)



Zodra u uw Dageraad simulator op de netstroom aansluit gaan de cijfers voor de tijdsaanduiding (00:00) branden en knipperen.

Instelling van de uren:

- Druk op toets (2)  de cijfers voor de uren knipperen.
- Druk vervolgens op de toetsen + of - (5 of 6) om de uren voorbij te laten trekken.
- Druk opnieuw op toets (2)  om het uur vast te leggen en ga dan door met het instellen van de minuten.
- de cijfers voor de minuten knipperen
- Druk op de toetsen + of - (5 of 6) om de minuten voorbij te laten trekken.
- Druk opnieuw op toets (2)  om de minuten vast te leggen.

De tijd is nu ingesteld.






als u langer dan 2 seconden op de toetsen 5 of 6 drukt trekken de cijfers snel voorbij.

6-Instelling van de wektijd 06:18 (toets 3)



Instelling van de wektijd:

- Druk eenmaal op toets (3)  : de cijfers van de uren knippen.
- en druk daarna op de toetsen + of - (5 of 6) om de uren voorbij te laten trekken.
- druk opnieuw op toets (3)  om het uur vast te leggen
- de cijfers van de minuten knippen
- en druk daarna op de toetsen + of - (5 of 6) om de minuten voorbij te laten trekken.
- druk opnieuw op toets (3)  om de minuten vast te leggen.




De wektijd is nu ingesteld



als u langer dan 2 seconden op de toetsen 5 of 6 drukt trekken de cijfers snel voorbij.

Instelling van de wekstand:

U kunt nu de gewenste wekstand kiezen: drukken op de toets van uw keuze volstaat hiervoor:

- Toets (7)  = instelling energiek ontwaken
- Toets (8)  = instelling zacht ontwaken
- Toets (9)  = instelling individueel ontwaken

⇒ Voor de complete instelling van de wekstand verwijzen wij naar de punten 8 -9 en 10



indien u het geluid wil wijzigen zonder uw partner te wekken kunt u de geluiden wisselen met behulp van toets (20)  . Het laatst gekozen geluidssymbool blijft branden zonder geluid te maken. Na verloop van 7 seconden is dit geluid gekozen.

7-Instelling van de FM radio (toets 4)

U kunt op elk gewenst moment naar de radio van uw dageraad simulator luisteren.

Om dit te doen hoeft u alleen op toets (4) FM te drukken: de radio zal aan gaan.

Om de radio uit te zetten: druk eenmaal op toets (4) FM: de radio gaat uit.

1) Om zenders op de radio in te stellen:

- Druk op toets (4) FM. De frequentie van de radio wordt in plaats van de tijdsaanduiding getoond.
- Druk op de toetsen + of - (5 of 6) om de gewenste radiofrequentie te vinden. Wanneer u de zender eenmaal in heeft gesteld zal de **frequentie na 5 seconden met knippen stoppen.**

Uw zenderkeuze is gemaakt


De tijd verschijnt weer op het digitale scherm.

- Druk op toets (4) FM om de radio uit te zetten.



als u langer dan 2 seconden op de toetsen 5 of 6 drukt trekken de zenders snel voorbij.

2) Om het volume van de radio in te stellen:

- Druk op insteltoets voor de geluidssterkte + of -  (22) om het geluid te verhogen of verlagen.

Inleiding in de 3 wekstanden en de Softsleep stand van uw « Sunshine® » dageraad simulator:

Uw Sunshine® dageraad simulator biedt 3 verschillende wekstanden: Zacht ontwaken, Energiek ontwaken, en Individueel ontwaken, die gedetailleerd worden uitgelegd in de hoofdstukken 8, 9 en 10.

1) Zacht ontwaken 



45 minuten

De « Zachte » stand wekt u met een zacht licht in oranje-gele schakeringen. De zonsopgang vindt gedurende 45 minuten plaats, tot aan de tijd voor uw ontwaken, gevolgd door rustgevende muziek die een « zen energie » verspreid zodat u ontspannen en uitgerust aan uw dag kunt beginnen.

2) Energiek ontwaken ☀

15 minuten

De « Energieke » stand wekt u met een gevitamineerd licht in oranje-rode tot felgele schakeringen. De zonsopgang duurt 15 minuten, tot aan de tijd voor het ontwaken, gevolgd door energiegevend muziek zodat positief ingesteld en vol energie aan uw dag kunt beginnen.

3) Individueel ontwaken ⚙

15 - 30 - 45

In deze stand kunt u de zonsopgang en de muzikale geluiden afhankelijk van uw stemming van de dag instellen, met een zonsopgang van 15, 30 of 45 minuten.

NL

- SOFTSLEEP Functie: ☾

15 - 30 - 60

Dankzij de soft sleep functie kunt u 's avonds uw dageraad simulator zo afstellen dat het licht geleidelijk uit gaat (gedurende 15, 30 of 60 minuten) en zo geleidelijk inslapen.

8-Instelling van de stand zacht ontwaken ⚙ (toets 8)

Bij deze wekstand kunt u 3 rustgevende geluiden kiezen:

- (14) - 🎵 Carillon in de wind
- (15) - 🐦 Vogelgezang
- (16) - 🌊 Zee en golfslag

Bediening:

- 1 - Druk langer dan 2 seconden op toets (8) ⚙.
 - 2 - U kunt vervolgens wisselen tussen de verschillende knipperende symbolen die de geluiden voorstellen: (14) 🎵, (15) 🐦 en (16) 🌊, met behulp van toets (20) 🎶. U hoort dan gedurende enkele seconden de verschillende geluiden spelen.
 - 3 - Wanneer het geluid u bevalt, bevestigt u het met toets (8) ⚙. Indien u niet langer op de toets drukt zal het geluid na 7 seconden als gekozen worden beschouwd. Het overeenkomende symbool blijft branden om aan te geven dat het geluid geactiveerd is.
- => De wekstand « zacht » werd gekozen. Het overeenkomende symbool ⚙ blijft branden om aan te geven dat deze wekstand voor de volgende ochtend is geactiveerd. Om deze stand te deactiveren drukt u opnieuw op toets (8) ⚙.


9-Instelling van de stand energiek ontwaken ☀ (toets 7)



U heeft in deze wekstand ook de mogelijkheid 2 dynamiserende geluiden te kiezen:

- (17) - 🥁 percussie
- (18) - 🛕 Tibetaanse Gong

Bediening:

- 1 - Druk langer dan 2 seconden op toets (7) ☀.
- 2 - U kunt vervolgens wisselen tussen de verschillende knipperende symbolen die de geluiden voorstellen: (17) 🥁 en (18) 🛕 met behulp van toets (20) 🎶. U hoort dan gedurende enkele seconden de verschillende geluiden spelen.

3 - Wanneer het geluid u bevalt, bevestigt u het met toets (7) . Indien u niet langer op de toets drukt zal het geluid na 7 seconden als gekozen worden beschouwd. Het overeenkomende symbool blijft branden om aan te geven dat het geluid geactiveerd is.

=> U heeft de « energieke » wekstand gekozen. Het overeenkomende symbool  blijft branden om aan te geven dat deze wekstand voor de volgende ochtend is geactiveerd. Om deze stand te deactiveren drukt u opnieuw op toets (7) .

10-Instelling van de stand INDIVIDUEEL (toets 9)

Deze wekstand biedt de mogelijkheid alle door u gewenste instellingen uit te voeren:







- 1 - U heeft de keuze uit 5 geluiden, de radio of alleen licht stand.
- 2 - Instelling van de geluidsterkte
- 3 - Instelling van de lichtsterkte
- 4 - Instelling van de tijdsduur voor het aangaan van het licht (15, 30 of 45 min)

Bediening:


Stap 1: Kiezen uit de 5 geluiden, de radio of de alleen licht stand.

Druk langer dan 2 seconden op toets (9) . Alle verklikkers die met de geluiden overeen komen knipperen.



- U kunt vervolgens wisselen tussen de verschillende knipperende symbolen die de geluiden voorstellen: (14)

 (15)  (16)  (17)  (18)  en FM met behulp van toets (20) . VU hoort dan gedurende enkele seconden de verschillende geluiden spelen.

- Indien u voor wekken door de radio heeft gekozen: u kunt de ingestelde zender wijzigen door op de toetsen + /- (5) en (6).

- Wanneer het geluid of de zender u bevalt, bevestigt u het met toets (9) . Indien u de toets loslaat zal uw keuze na 7 seconden als gekozen worden beschouwd. Het overeenkomende symbool blijft branden om aan te geven dat het geluid geactiveerd is.



Stap 2: Instelling van de geluidsterkte:

- Druk op insteltoets voor de geluidsterkte + / -  (22) om het volume te verhogen of verlagen. Wanneer u uw keuze heeft gemaakt drukt u op toets (9) . De geluidsterkte is dan voor de eerstvolgende wekcyclus gekozen.




u wenst niet door een geluid maar uitsluitend door het licht gewekt te worden: kies geluidsterkte 0 met behulp van toets(22) .



Stap 3: Instelling van de lichtsterkte :

- Druk op insteltoets voor lichtsterkte + / -  (21) om de lichtsterkte te verhogen of verlagen. Wanneer u uw keuze heeft gemaakt drukt u op . De lichtsterkte voor de eerstvolgende wekcyclus is nu gekozen.

NB: de lichtsterkte van uw dageraad simulator loopt van 0 tot 10 op het digitale scherm. Wanneer het gekozen cijfer 0 is, is het licht uit. In het begin zal het misschien niet eenvoudig zijn de ideale lichtsterkte te vinden. Probeer u in te denken dat u bij deze lichtsterkte zult ontwaken. Wanneer u twijfelt kies dan de gemiddelde lichtsterkte 5. Vergeet daarbij niet dat u uw keuze op elk moment kunt wijzigen door de instructies uit punt (b) hoofdstuk 3 te volgen.




Stap 4: Instellen van de tijdsduur van het sterker worden van het licht (15, 30 of 45 min):

- de tijdsaanduiding op het digitale scherm wordt vervangen door een cijfer dat de tijdsduur van het sterker worden van het licht aangeeft: 15, 30 of 45 minuten. Dit cijfer knippert. Druk om uw keuze te maken op de toetsen + of -(5) of (6). Druk opnieuw op toets (9) , de tijdsduur van het sterker worden van het licht is nu gekozen.



=> U heeft de « Individuele » wekstand gekozen. Het overeenkomende symbool  blijft branden om aan te geven dat deze wekstand voor de volgende ochtend is geactiveerd. Om deze stand te deactiveren drukt u opnieuw op toets (9) .

11-Snooze functie SNOOZE ON/OFF (toets 23)

Uw apparaat is uitgerust met een « SNOOZE » SNOOZE ON/OFF toets (23) of liever nog met een « herhaal » toets, die het mogelijk maakt het de wekker opnieuw op te starten indien u niet meteen op wilt staan.




- 1) Wanneer de wekker af gaat drukt u eenmaal op de SNOOZE toets: het geluid zal geleidelijk zachte worden en de wekker gaat 5 minuten later opnieuw af.
- 2) Gedurende die tijd zal het verlichte symbool  of  of , dat overeenkomt met de gekozen wekstand, knipperen om aan te geven dat de Snooze functie in werking is gesteld.

- Om uw dageraad simulator **definitief uit te zetten** = druk langer dan 2 seconden op de Snooze toets. Uw wekker staat nu uit en zal de volgende morgen **weer automatisch in werking treden**.



=> Het verlichte symbool  of  of , blijft verlicht om aan te geven dat de wekker voor de volgende morgen is gezet. Indien u de wekker voor de volgende ochtend uit wenst te zetten drukt u eenvoudigweg op de knop die overeenkomt met de gekozen wekstand  of  of . Het verlichte symbool zal uit gaan om aan te geven dat de wekker werd gedeactiveerd.

12-Instelling van de SOFTSLEEP functie (toets 10)

Instelling van de SOFTSLEEP functie of « zonsondergang »:

- Druk op toets (10)  : de verklipper (11), overeenkomend met de tijdsduur van 15 minuten licht op. Na 5 seconden vangt de « zonsondergang » cyclus aan en zal u gedurende 15 minuten helpen in slaap te vallen.
- Als u een « zonsondergang » cyclus van 30 minuten wenst drukt u opnieuw op toets (10)  : lde verklipper (12) licht op. Na 5 seconden vangt de « zonsondergang » cyclus aan en zal u gedurende 30 minuten helpen in slaap te vallen.
- Als u een « zonsondergang » cyclus van 60 minuten wenst drukt u opnieuw op toets (10)  : de verklipper (13) licht op. Na 5 seconden vangt de « zonsondergang » cyclus aan en zal u gedurende 60 minuten helpen in slaap te vallen.

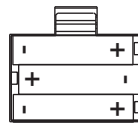
OP ELK GEWENST MOMENT

- Toets SNOOZE ON/OFF (23) SNOOZE ON/OFF om het licht aan of uit te zetten
- Toets instelling van het geluid (22)  = om de geluidsterkte of het volume van de radio te verhogen of verminderen
- Toets instelling van het licht (21) * = om de lichtsterkte te verhogen of verminderen
- Om naar de radio te luisteren: druk op toets (4) FM : de radio gaat aan. Om de radio uit te zetten: druk op toets 4: de radio gaat uit.

13-De batterijen vervangen

Uw SUNSHINE® apparaat werkt op netstroom, uw dageraad simulator is voor de zekerheid voorzien van batterijen, zodat alle door u ingevoerde instellingen in het geval van een stroomstoring bewaard blijven.

- Gebruik nooit een oude en nieuwe batterij samen.
- Uw SUNSHINE® apparaat heeft 3 LR3 AAA (niet meegeleverde) batterijen nodig.
- Gebruik uitsluitend LR3 AAA batterijen.



- Neem bij het vervangen van de batterijen de op de batterijenklep aangegeven richting in acht (tekening):
- Neem de batterijen uit wanneer ze leeg zijn of indien u het apparaat gedurende langere tijd niet zult gebruiken.

14-Onderhoud

- Uw apparaat behoeft slechts weinig onderhoud. U kunt het met een droge of licht vochtige doek reinigen.
- Let er op dat u de net gereinigde delen goed droogt.
- Dompel uw apparaat nooit in water onder.

15-Help mee het milieu te beschermen!

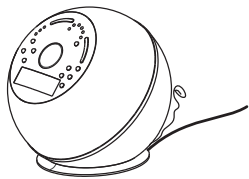


- ① Uw apparaat bevat talrijke materialen die geschikt zijn voor hergebruik of recycling.
- ➔ Lever het in bij een milieustation of bij een erkend servicecentrum voor de juiste verwerking hiervan.

16-Bij problemen

- Het apparaat werkt niet.
Controleer of de stekker in het stopcontact zit.
Controleer of uw stekker werkt.
- Het apparaat registreert mijn instellingen niet => Trek de stekker van uw apparaat uit het stopcontact en steek deze er weer in. U kunt de instellingen nu opnieuw invoeren.
- De wekker is afgelopen maar ik heb geen geluid gehoord => de geluidssterkte staat misschien op 0, of een te laag niveau ingesteld. Lees punt (b) uit hoofdstuk 3 na.
Het kan ook zijn dat u de wekker heeft gedeactiveerd. De instructies om deze weer te activeren vindt u in hoofdstuk 5
- De radio werkt niet of er klinkt alleen geruis => de antennendraad (27) is misschien niet goed ontvouwen.
- De radio die ik had geprogrammeerd om me te wekken heeft het niet gedaan => Deactiveer de wekker, zet de radio aan om te controleren of deze het goed doet. Controleer ook of de antennendraad (27) goed ontvouwen is.
- De tijdsaanduiding op uw dageraad simulator knippert. Ier is misschien een stroomstoring geweest en uw batterijen zijn leeg => Controleer uw batterijen en vervang deze indien nodig.

IMPOSTAZIONE RAPIDA

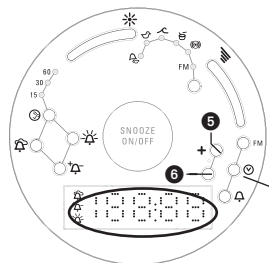


1 Installazione

- appoggiate l'apparecchio sul comodino
- inserite la spina nella presa di corrente.

Per cominciare, potete limitarvi a procedere all'impostazione soltanto dell'ora e della sveglia.

2 Impostazione dell'ora

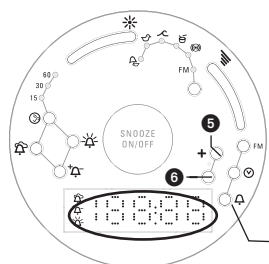


- Premete una volta il tasto (2) : le cifre delle ore lampeggiano.
- Premete i tasti + o - (5 o 6) per fare scorrere le ore.
- Premete di nuovo il tasto (2) per fermare l'ora e procedere all'impostazione dei minuti
- Le cifre dei minuti lampeggiano
- poi premete i tasti + o - (5 o 6) per fare scorrere i minuti.
- premete il tasto (2) per fermare i minuti.

L'ora adesso è impostata.

IT

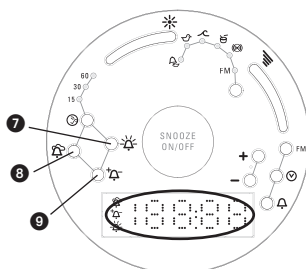
3 Impostazione dell'ora della sveglia



- Premete una volta il tasto (3) : le cifre delle ore lampeggiano.
- Poi premete i tasti + o - (5 o 6) per fare scorrere le ore.
- Premete di nuovo il tasto (3) per fermare l'ora.
- Le cifre dei minuti lampeggiano
- Poi premete i tasti + o - (5 o 6) per fare scorrere i minuti.
- Premete di nuovo il tasto (3) per bloccare i minuti.

L'ora della sveglia adesso è impostata.

4 Impostazione del tipo di sveglia



Impostazione della modalità di risveglio:

Potete quindi scegliere il vostro tipo di risveglio: basta premere il tasto scelto:

- Tasto (7) = impostazione risveglio Tónico
- Tasto (8) = impostazione risveglio Dolce
- Tasto (9) = impostazione risveglio Personalizzato (istruzioni)

5 Scelta dei programmi:

- Quando scegliete il programma : Risveglio Dolce vi sveglierete con una luce progressiva per 45 minuti, seguita da un suono delicato: carillon nel vento, canti di uccellini o mare e onde.
- Quando scegliete il programma : Risveglio Tónico vi sveglierete con una luce progressiva per 15 minuti, seguita da un suono tonico: percussioni o Gong tibetano.
- Quando scegliete il programma : Risveglio personalizzato vvi sveglierete secondo il vostro umore con una luce progressiva per un periodo compreso tra 15, 30 e 45 minuti, seguito dal suono che preferite dalla radio.

Per le impostazioni, consultate i capitoli 8, 9 e 10 delle istruzioni.

INTRODUZIONE / PRESENTAZIONE DEL SIMULATORE D'ALBA

Vi ringraziamo per avere scelto **Sunshine®**, il simulatore d'alba di ROWENTA che è stato messo a punto per aiutarvi a svegliarvi più facilmente con l'aiuto di una luce progressiva, e anche di suoni dolci o tonici.

Il ruolo della luce sull'organismo

La luce è vitale per l'uomo. Ha un'incidenza sul nostro orologio interno che si basa sul ritmo regolare del giorno e della notte. Infatti la luce del mattino fa partire naturalmente il nostro orologio interno stimolando la secrezione di cortisolo, l'ormone del risveglio e dell'energia. La sera, la scomparsa della luce segnala al nostro corpo che è il momento di produrre della melatonina, un ormone che ci prepara al sonno. Inoltre, è importante che il nostro organismo registri il giorno e la notte al momento giusto poiché un'errata sincronizzazione sfalsa il ritmo sonno-veglia e ci espone a carenze di energia e difficoltà ad addormentarsi.

Sunshine® diffonde ogni mattina una luce colorata che ricrea un vero e proprio effetto "sorgere del sole" rosso aranciato per un'azione energizzante sul corpo e lo spirito.

COME FUNZIONA IL SIMULATORE D'ALBA?

L'azione di Sunshine®:

Sunshine® di ROWENTA vi prepara dolcemente al risveglio simulando un sorgere del sole come quello vero: la luce che si alza progressivamente è captata dagli occhi e indica al corpo che è il momento di secernere il cortisolo. La temperatura del corpo inizia allora la sua ascesa giornaliera e il risveglio si effettua in dolcemente, naturalmente.

Ognuno ha una sensibilità alla luce che gli è propria, è per questo che potete regolare l'intensità luminosa di **Sunshine®** secondo i vostri bisogni e cominciare la vostra giornata rilassati e pieni di energia.

Sunshine® si prende cura anche di voi anche quando vi addormentate. Grazie alla funzione soft sleep la sera potete regolarlo in modo che la luce si spenga gradualmente e vi addormenterete progressivamente.

1-DESCRIZIONE

1 - Visualizzazione digitale dell'ora	18 - Suono "Gong tibetano" per risveglio tonico
2 - Impostazione dell'ora	19 - Radio
3 - Impostazione dell'ora della sveglia	20 - Tasto di selezione dei suoni
4 - Impostazione radio	21 - Tasto di impostazione dell'intensità luminosa + o -
5 - 6 : tasti di impostazione + e -	22 - Tasto di impostazione dell'intensità del volume + o -
7 - Impostazione risveglio tonico	23 - Funzione snooze e on/off
8 - Impostazione risveglio dolce	24 - Simbolo risveglio tonico
9 - Impostazione risveglio personalizzato	25 - Simbolo risveglio dolce
10 - Impostazione funzione soft sleep	26 - Simbolo risveglio personalizzato
11 - Programmazione 15 minuti	27 - Filo dell'antenna
12 - Programmazione 30 minuti	28 - Cavo di alimentazione
13 - Programmazione 60 minuti	29 - Base
14 - Suono "carillon nel vento" per risveglio dolce	30 - Vano pile 30
15 - Suono "canti di uccellini" per risveglio dolce	31 - Altoparlante
16 - Suono "mare e onde" per risveglio dolce	
17 - Suono "percussioni" per risveglio tonico	

IT

Affinché il Simulatore d'alba SUNSHINE® vi offra i risultati migliori, leggete attentamente le istruzioni per l'uso e le norme di sicurezza prima di qualsiasi utilizzo.

2-CONSIGLI DI SICUREZZA

Per la vostra sicurezza, questo apparecchio è conforme alle norme e regolamentazioni applicabili (Direttive Bassa Tensione, Compatibilità elettromagnetica, Ambiente,...).

- Questo apparecchio non deve essere utilizzato da persone (compresi i bambini) con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte o da persone prive di esperienza o di conoscenza, a meno che una persona responsabile della loro sicurezza li sorvegli o li abbia preventivamente informati sull'utilizzo dell'apparecchio. È opportuno sorvegliare i bambini per assicurarsi che non giochino con l'apparecchio.
- Verificate che la tensione del vostro impianto elettrico corrisponda a quella dell'apparecchio. Qualsiasi errore di collegamento all'alimentazione può causare danni irreversibili non coperti dalla garanzia.
- Non utilizzate l'apparecchio e contattate un Centro Assistenza autorizzato se: l'apparecchio è caduto, se non funziona normalmente.
- Importante: l'apparecchio non deve essere immerso né passato sotto l'acqua.
- Non lasciate l'apparecchio per un periodo prolungato a temperatura inferiori a 0 °C e superiori a 35 °C (sotto un vetro in pieno sole, per esempio).
- Tenete il cavo, l'apparecchio e gli accessori lontani da fonti di calore.
- Non utilizzate mai l'apparecchio in caso di anomalie di funzionamento, né dopo una caduta (dei danni non visibili possono pregiudicare la vostra sicurezza).
- I consigli di utilizzo sono dati a titolo indicativo e non impegnano la responsabilità di Rowenta in caso di risultato non conforme ai desideri dell'utilizzatore.
- Per ogni difetto di funzionamento, consultate il paragrafo "in caso di problemi" o contattate il nostro servizio consumatori o il vostro rivenditore.

ATTENZIONE: le batterie installate non devono essere esposte a fonti di calore eccessive quali sole, fuoco o simili. La spina di corrente è usata come dispositivo di disconnessione e deve essere sempre pronta all'uso. Se il cavo di alimentazione è danneggiato, deve essere sostituito dal fabbricante, da un tecnico del suo servizio assistenza o da persone con qualifica simile per evitare pericoli.






Quando scegliete il programma : Risveglio Dolce vi risveglierete con una luce progressiva per 45 minuti, seguita da un suono delicato: carillon nel vento, canti di uccellini, o il suono del mare.

GARANZIA: Questo apparecchio è destinato esclusivamente a un uso domestico. Non può essere utilizzato a scopi professionali. La garanzia diventa nulla e non valida in caso di uso non corretto.

3-Funzionalità del simulatore d'alba



a) Suoni e radio FM

Il simulatore d'alba vi propone 5 suoni e anche la radio per svegliarvi e/o addormentarvi:

- 1 - Carillon nel vento (14)  (risveglio dolce)
- 2 - Canti di uccellini (15)  (risveglio dolce)
- 3 - Mare e onde (16)  (risveglio dolce)
- 4 - Percussioni (17)  (risveglio tonico)
- 5 - Gong tibetano (18)  (risveglio tonico)
- 6 - Radio (19) FM

⇒ Consultate i punti 8, 9, 10 per impostare i diversi suoni secondo il risveglio scelto.

b) Intensità del volume e della luce (tasti 21-22)

- Tasto impostazione della luce con +/- (21)  = per aumentare o ridurre il volume della luce.
- Tasto impostazione del suono con +/- (22)  = per aumentare o ridurre il volume dei suoni della radio.

4-UTILIZZO

Prima del primo utilizzo




- 1 - Appoggiate l'apparecchio su una superficie piana e stabile vicino al vostro letto, come per esempio il vostro comodino.
- 2 - Collegate il cavo d'alimentazione alla corrente di rete:
 - le cifre dell'ora appaiono (00:00) e lampeggiano
- 3 - Adesso potete iniziare l'impostazione dell'ora. Per farlo, consultate il punto 5-Impostazione dell'ora.

IMPORTANTE!

Se pensate che la luce sia troppo forte per svegliarvi, diminuite l'intensità luminosa consultando il punto (b) del capitolo 3.

5-Impostazione dell'ora 12:34 (tasto 2)

Quando collegate il Simulatore d'alba, le cifre dell'ora appaiono (00:00) e lampeggiano




- Premete il tasto (2)  : le cifre delle ore lampeggiano.
- poi premete i tasti + o - (5 o 6) per fare scorrere le ore.
- premete di nuovo il tasto (2)  per fermare l'ora e procedete all'impostazione dei minuti
- le cifre dei minuti lampeggiano.
- poi premete i tasti + o - (5 o 6) per fare scorrere i minuti.
- premete il tasto (2)  per fermare i minuti.

Adesso l'ora è impostata.



se tenete premuti per più di 2 secondi i tasti 5 o 6, le cifre scorrono molto velocemente.

6-Impostazione dell'ora e della sveglia 06:18 (tasto 3)

- Premete una volta il tasto (3)  le cifre delle ore lampeggiano.
- poi premete i tasti + o - (5 o 6) per fare scorrere le ore.
- premete di nuovo il tasto (3)  per bloccare l'ora.
- le cifre dei minuti lampeggiano
- poi premete i tasti + o - (5 o 6) per fare scorrere i minuti.
- premete di nuovo il tasto (3)  per bloccare i minuti.

Adesso l'ora della sveglia è impostata.



se tenete premuti per più di 2 secondi i tasti 5 o 6, le cifre scorrono molto velocemente.

Impostazione dell'ora di risveglio:

Adesso potete scegliere il vostro tipo di risveglio: vi basta premere il tasto che preferite:

- Tasto (7) = impostazione risveglio tonico
- Tasto (8) = impostazione risveglio dolce
- Tasto (9) = impostazione risveglio personalizzato

⇒ Per l'impostazione completa della modalità di risveglio, consultate poi i punti 8-9 e 10



se volete poi cambiare il suono senza svegliare il vostro partner, potete navigare tra i suoni con il tasto (20) . L'ultimo simbolo del suono selezionato resta acceso senza emettere suoni. Dopo 7 secondi è selezionato.

IT

7- Impostazione della stazione radio FM (tasto 4)

In qualsiasi momento avete la possibilità di ascoltare la radio del simulatore d'alba.

Per farlo, vi basta premere una volta il tasto (4) FM: la radio si accende

Per spegnere la radio: premete una volta il tasto (4) FM: la radio si spegne

1) Per impostare la stazione radio:

- Premete il tasto (4) FM. La frequenza della radio appare al posto delle cifre dell'ora. .
- Premete i tasti + o - (5 o 6) per trovare la frequenza radio desiderata. Una volta impostata la stazione, dopo 5 secondi la frequenza smette di lampeggiare.

La stazione è selezionata.

L'ora ricompare sul display digitale.

- Premete il tasto (4) FM per spegnere la radio.



se tenete premuti per più di 2 secondi i tasti 5 o 6, le stazioni scorrono molto velocemente.

2) Per impostare il volume della radio:

- Premete il tasto di impostazione dell'intensità del volume + o - (22) pper aumentare o diminuire il suono.

Introduzione alle 3 modalità di risveglio e alla modalità Softsleep del simulatore d'alba "Sunshine®":

Il simulatore d'alba Sunshine® possiede 3 modalità di risveglio diverse: Risveglio Dolce, Risveglio Tonic, e Risveglio personalizzato che sono spiegati in dettaglio nei capitoli 8, 9 e 10

1) Risveglio DOLCE



45 minuti

La modalità "dolce" vi sveglierà con una luce morbida nei toni giallo-aranciati. Il sorgere del sole è completato in 45 minuti, fino all'ora del vostro risveglio, seguito da una musica dolce che diffonde un'"energia zen" per cominciare la giornata distesi e rilassati.

2) Risveglio TONICO ☀

15 minuti

La modalità "Tonica" vi risveglierà con una luce vitaminizzata in toni che vanno dal rosso-aranciato al giallo chiaro. Il sorgere del sole dura 15 minuti fino all'ora del vostro risveglio, seguito da una musica tonica per iniziare la giornata positivi e pieni di energia.

3) Risveglio PERSONALIZZATO ⚙

15 - 30 - 45

In questa modalità la durata del sorgere del sole e anche i suoni musicali possono essere regolati in funzione dell'umore del giorno, con un sorgere del sole della durata di 15, 30 o 45 minuti.

- Funzione SOFTSLEEP: ☾

15 - 30 - 60

Grazie alla funzione soft sleep la sera potete regolare il simulatore d'alba in modo che la luce si spenga gradualmente (per 15, 30 o 60 minuti) e vi addormenterete progressivamente.

8- Impostazione della modalità risveglio DOLCE 🎵 (tasto 8)

In questa modalità di risveglio, avete la possibilità di selezionare 3 suoni tranquillizzanti:

(14) - 🎵 Carillon nel vento

(15) - 🎵 Canti di uccellini

(16) - 🎵 Mare e onde

Modalità operativa:

1 - Tenete premuto per più di 2 secondi il tasto (8) 🎵.

2 - Potete poi navigare tra i vari simboli lampeggianti che rappresentano i suoni: (14) 🎵, (15) 🎵 e (16) 🎵 con il tasto (20) 🎵. Sentite allora i diversi suoni per alcuni secondi.

3 - Quando il suono è di vostro gradimento, convalidate con il tasto (8) 🎵. Se non premete più, dopo 7 secondi il suono è selezionato. Il simbolo corrispondente resta acceso per indicare che il suono è attivato.

=> **La modalità risveglio "dolce" è selezionata. Il corrispondente simbolo 🎵 resta acceso per indicare che questa modalità di risveglio è attivato per l'indomani mattina. Per disattivare questa modalità, premete di nuovo il tasto (8) 🎵.**

9- Impostazione della modalità di risveglio TONICO ☀ (tasto 7)

In questa modalità di risveglio, avete la possibilità di selezionare 2 suoni dinamizzanti:

(17) - 🎵 Percussioni

(18) - 🎵 Gong tibetano

Modalità operativa:

1 - Tenete premuto per più di 2 secondi il tasto (7) ☀.

2 - Potete poi navigare tra i vari simboli lampeggianti che rappresentano i suoni: (17) 🎵 e (18) 🎵 con il tasto (20) 🎵. Sentite allora i diversi suoni per alcuni secondi.

3 - Quando il suono è di vostro gradimento, convalidate con il tasto (7) . Se non premete più, dopo 7 secondi il suono è selezionato. Il simbolo corrispondente resta acceso per indicare che il suono è attivato.

=> La modalità risveglio "tonico" è selezionata. Il corrispondente simbolo resta acceso per indicare che questa modalità di risveglio è attivata per l'indomani mattina. Per disattivare questa modalità, premete di nuovo il tasto (7) .

10-Impostazione della modalità di risveglio PERSONALIZZATO (tasto 9)

In questa modalità di risveglio, avete la possibilità di effettuare le impostazioni che volete:

- 1 - Scelta tra i 5 suoni, la radio o la modalità solo luce.
- 2 - Impostazione dell'intensità del suono
- 3 - Impostazione dell'intensità luminosa
- 4 - Impostazione della durata di aumento della luce (15, 30 o 45 min)

IT

Modalità operativa

Fase 1: Scelta tra i 5 suoni, la radio o la modalità solo luce

Tenete premuto per più di 2 secondi il tasto (9) . Tutte le spie luminose corrispondenti ai suoni lampeggiano.

- Con il tasto (20) potete poi navigare tra le diverse spie lampeggianti che rappresentano i suoni: (14) (15) (16) (17) (18) e FM. Sentite allora i diversi suoni per alcuni secondi.
- Se avete scelto la radio per svegliarvi: potete cambiare la stazione memorizzata premendo i tasti + /- (5) e (6).
- Quando il suono o la stazione radio sono di vostro gradimento, convalidate con il tasto (9) . Se non premete più, dopo 4 secondi la vostra scelta è selezionata. Il simbolo corrispondente resta acceso per indicare che il suono è attivato.

Fase 2: Impostazione dell'intensità del suono:

- Premete il tasto di impostazione dell'intensità del volume + o - (22) per aumentare o diminuire il suono. Quando avete fatto la vostra scelta, premete il tasto (9) . L'intensità è allora selezionata per il prossimo risveglio.



se non volete essere svegliati da un suono, ma solo dalla luce: scegliete l'intensità 0 con il tasto .



Fase 3: Impostazione dell'intensità luminosa:

- Premete il tasto di impostazione dell'intensità della luce +/- * (21) per aumentare o diminuire l'intensità luminosa. Quando avete fatto la vostra scelta, premete il tasto . L'intensità è allora selezionata per il prossimo risveglio.

IMPORTANTE: sullo schermo digitale appare l'intensità luminosa del simulatore d'alba, espressa in un valore da 0 a 10. Quando la cifra selezionata è lo 0 la luce è interrotta. In occasione delle prime impostazioni, non vi sarà forse facile scegliere l'intensità ideale. Provate a immaginare che è con questa intensità che vi sveglierete la mattina. Nel dubbio, scegliete un'intensità media di 5. Sappiate che potete in qualsiasi momento modificare la vostra scelta seguendo le istruzioni del punto (b) del capitolo 3.




Fase 4: Impostazione della durata di aumento della luce (15, 30 o 45 min):

- l'ora del display digitale è allora sostituita da una cifra che indica la durata dell'aumento della luce: 15, 30 o 45 minuti. Questa cifra lampeggia. Per fare la vostra scelta, premete i tasti + o - (5) o (6). Premete di nuovo il tasto (9) , la durata di aumento della luce è selezionata.







=> La modalità di risveglio “Personalizzato” è selezionata. Il corrispondente simbolo  resta acceso per indicare che questa modalità di risveglio è attivato per l'indomani mattina. Per disattivare questa modalità, premete di nuovo il tasto (9) .

11-Funzione Snooze SNOOZE ON/OFF (tasto 23)

L'apparecchio è dotato di un tasto “SNOOZE” SNOOZE ON/OFF (23) cioè “Ripetizione”, che vi permette di fare suonare più tardi la sveglia se non volete alzarvi subito.




- 1) Quando suona la sveglia, premete una volta il tasto SNOOZE: il suono diminuirà progressivamente e la sveglia suonerà nuovamente 5 minuti più tardi.
- 2) Nel frattempo, il simbolo luminoso  o  o , corrispondente alla modalità di risveglio scelto lampeggia per segnalare che siete nella **funzione Snooze**.

- Per **spegnere definitivamente** il simulatore d'alba = tenete premuto per più di 2 secondi il tasto Snooze. La sveglia allora è spenta e si **riattiverà automaticamente** l'indomani.



=> Il simbolo luminoso  o  o , resta acceso per indicare che la sveglia è attivata per l'indomani. Se volete disattivare la sveglia per l'indomani mattina, premete semplicemente il pulsante corrispondente alla modalità di risveglio scelto  o  o . Il simbolo luminoso si spegnerà per indicare che la sveglia è disattivata.

12- Impostazione della funzione SOFTSLEEP (tasto 10)

Impostazione della funzione SOFTSLEEP o “sorgere del sole”:

- Premete il tasto (10)  : : si accende la spia (11), corrispondente alla durata di 15 minuti. Dopo 5 secondi, comincia l'effetto “tramonto del sole” che vi accompagnerà fino al sonno per 15 minuti.
- Se volete un effetto “tramonto del sole” della durata di 30 minuti, premete di nuovo il tasto (10)  : la spia (12) si accende. Dopo 5 secondi, comincia l'effetto “tramonto del sole” che vi accompagnerà fino al sonno per 30 minuti.
- Se volete un effetto “tramonto del sole” della durata di 60 minuti, premete di nuovo il tasto (10)  : la spia (13) si accende. Dopo 5 secondi, comincia l'effetto “tramonto del sole” che vi accompagnerà fino al sonno per 60 minuti.

IN QUALSIASI MOMENTO

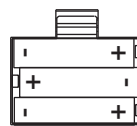
- Tasto SNOOZE ON/OFF (23) SNOOZE ON/OFF = per accendere o spegnere la luce
- Tasto regolazione del suono (22)  = per aumentare o ridurre il volume del suono o della radio
- Tasto regolazione della luce (21) * = per aumentare o ridurre il volume della luce
- Per ascoltare la radio: premete il tasto (4) FM : la radio si accende. Per spegnere la radio: premete il tasto (4) FM: la radio si spegne.

13-Sostituzione delle pile

L'apparecchio SUNSHINE® funziona con corrente di rete, tuttavia le pile previste nel simulatore d'alba sono una sicurezza, in caso di guasto della corrente per tenere in memoria tutti i parametri che avete impostato.

- Non mescolate mai pile nuove e pile vecchie.
- L'apparecchio SUNSHINE® ha bisogno di 3 pile LR3 AAA (non fornite).
- Utilizzate solo pile LR3 AAA.

- Quando cambiate le pile, rispettate il senso indicato nel vano pile (disegno):



IT

- Togliete le pile quando sono scariche o se prevedete di non utilizzare l'apparecchio per molto tempo.

14-Mantenzione

- L'apparecchio ha bisogno di pochissima manutenzione. Potete pulirlo con uno straccio asciutto o leggermente umido.
- Ricordatevi di asciugare bene le parti che avete appena pulito.
- Non immergete mai l'apparecchio nell'acqua.

15-Partecipiamo alla protezione dell'ambiente!

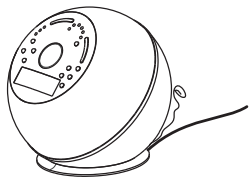


- ① L'apparecchio contiene numerosi materiali valorizzabili o riciclabili.
- ➔ Portatelo in un punto di raccolta, o in sua mancanza, in un centro assistenza autorizzato perché sia effettuato il suo trattamento.

16-In caso di problemi

- L'apparecchio non funziona.
Verificate che la spina sia ben collegata alla corrente elettrica.
Verificate che la presa funzioni.
- L'apparecchio non tiene conto delle mie impostazioni => Staccate l'apparecchio togliendo la spina dalla presa di corrente, poi inseritela di nuovo. Potete poi ricominciare le vostre impostazioni.
- La sveglia è partita ma non ho sentito il suono => L'intensità del suono forse è impostato su 0, o a un livello troppo basso. Consultate il punto (b) del capitolo 3.
O allora forse avete disattivato la sveglia. Per attivarla, consultate il capitolo 5.
- La radio non funziona o gracchia => il filo dell'antenna (27) forse non è ben srotolato.
- La radio programmata per risvegliarmi non ha funzionato => Disattivate la sveglia, accendete la radio per verificare se funziona correttamente. Verificate che il filo dell'antenna (27) sia ben srotolato.
- L'ora del simulatore d'alba lampeggia. Forse c'è stato un guasto di corrente e le pile forse sono consumate => Verificate le pile e cambiatele se necessario.

AJUSTE RÁPIDO

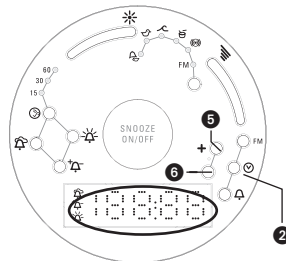


1 Instalación

- coloque el aparato en la mesilla
- conecte el enchufe a la electricidad.

Para empezar, puede limitarse a realizar únicamente el ajuste de la hora y de la alarma.

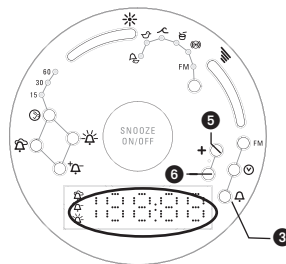
2 Ajuste de la hora



- Pulse una vez el botón (2) ☉: los números de las horas parpadean.
- Pulse los botones + o - (5 o 6) para desplazarse por las horas.
- Vuelva a pulsar el botón (2) ☉ para fijar la hora y proceder a ajustar los minutos.
- los números de los minutos parpadean,
- a continuación pulse los botones + o - (5 o 6) para desplazarse por los minutos.
- pulse el botón (2) ☉ para fijar los minutos.

Ahora la hora está ajustada.

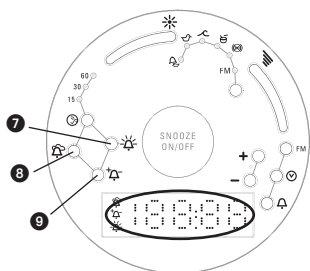
3 Ajuste de la hora de la alarma



- Pulse una vez el botón (3) ⏰: los números de las horas parpadean.
- a continuación pulse los botones + o - (5 o 6) para desplazarse por las horas.
- vuelva a pulsar el botón (3) ⏰ para fijar la hora.
- los números de los minutos parpadean,
- a continuación pulse los botones + o - (5 o 6) para desplazarse por los minutos.
- vuelva a pulsar el botón (3) ⏰ para fijar los minutos.

Ahora la hora de la alarma está ajustada.

4 Ajuste del tipo de alarma



Ajuste del modo de despertar:

Ahora puede seleccionar su manera de despertarse: sólo tiene que pulsar el botón que prefiera:

- Botón (7) 🌞 = ajuste despertar tónico
- Botón (8) 🌙 = ajuste despertar suave
- Botón (9) 🎵 = ajuste despertar personalizado (instrucciones)

5 Selección de los programas:

- Cuando seleccione el programa: Despertar suave 🌙 se despertará con una luz progresiva durante 45 minutos, seguida de un sonido suave: carillón al viento, canto de pájaros o mar y olas.
- Cuando seleccione el programa: Despertar tónico 🌞 se despertará con una luz progresiva durante 15 minutos, seguida de un sonido tónico: percusiones o gong tibetano.
- Cuando seleccione el programa: Despertar personalizado 🎵 se despertará, en función de lo que le apetezca, con una luz progresiva durante 15, 30 o 45 minutos, seguida del sonido que prefiera o de la radio.

Para realizar los ajustes, consulte en las instrucciones los capítulos 8, 9 y 10.

INTRODUCCIÓN / PRESENTACIÓN DE SU SIMULADOR DE ALBA

Gracias por haber comprado **Sunshine®**, el simulador de alba de ROWENTA que se ha diseñado para ayudarle a despertarse más fácilmente con una luz progresiva y con unos sonidos suaves o tónicos.

La acción de la luz en el organismo

La luz resulta vital para el hombre. Ésta influye en nuestro reloj interno que sigue el ritmo regular del día y de la noche. De hecho, la luz de la mañana activa de manera natural nuestro reloj interno estimulando la secreción de cortisol, la hormona que despierta y da energía. Por la noche, la desaparición de la luz le indica a nuestro cuerpo que ya es hora de producir melatonina, una hormona que nos prepara para el sueño. También es importante que nuestro organismo registre el día y la noche en el momento adecuado, ya que una mala sincronización desajusta el ritmo sueño-vigilia y nos expone a carencias de energía y a dificultades para dormir.

Sunshine® difunde cada mañana una luz de color que re-crea un auténtico efecto “alba” rojo anaranjado para una acción energizante en el cuerpo y la mente.

ES

¿CÓMO FUNCIONA SU SIMULADOR DE ALBA?

La acción de Sunshine®:

Sunshine® de ROWENTA le prepara suavemente para despertarse simulando un alba como al natural: la luz que se intensifica progresivamente es captada por los ojos y le indica al cuerpo que ya es hora de segregar el cortisol. La temperatura del cuerpo inicia entonces su ascensión diaria y el despertar se produce de manera suave y natural.

Cada uno tiene una sensibilidad propia a la luz, por ello, puede ajustar la intensidad luminosa de **Sunshine®** en función de sus necesidades, y comenzar el día relajado y lleno de energía.

Sunshine® también contribuye a su adormecimiento. Gracias a la función soft sleep, puede ajustarlo por la noche para que la luz se vaya apagando gradualmente y así se dormirá progresivamente.

1-DESCRIPCIÓN

1 – Pantalla digital de la hora	18 – Su “Gong tibetano” para un despertar tónico
2 – Ajuste de la hora	19 – Radio
3 – Ajuste de la hora de alarma	20 – Botón de selección de sonidos
4 – Ajuste de la radio	21 – Botón de ajuste de la intensidad luminosa + o -
5 – 6 : botones de ajuste + y -	22 – Botón de ajuste de la intensidad del volumen + o -
7 – Ajuste despertar tónico	23 – Función snooze y on/off
8 – Ajuste despertar suave	24 – Símbolo despertar tónico
9 – Ajuste despertar personalizado	25 – Símbolo despertar suave
10 – Ajuste de la función soft sleep	26 – Símbolo despertar personalizado
11 – Programación 15 minutos	27 – Cable de antena
12 – Programación 30 minutos	28 – Cable de alimentación
13 – Programación 60 minutos	29 – Base
14 – Su “carillón al viento” para un despertar suave	30 – Trampilla para pilas
15 – Su “canto de pájaros” para un despertar suave	31 – Altavoz
16 – Sonido “mar y olas” para un despertar suave	
17 – Sus “percusiones” para un despertar tónico	

Importante

Para que su simulador de alba SUNSHINE® le ofrezca los mejores resultados, lea atentamente las instrucciones de uso y las recomendaciones de seguridad antes de utilizarlo

2-CONSEJOS DE SEGURIDAD

Por su seguridad, este aparato cumple las normas y reglamentaciones aplicables (Directivas de Baja Tensión, Compatibilidad Electromagnética, Medio Ambiente...)

- Este aparato no está diseñado para ser utilizado por personas (incluidos los niños) cuyas capacidades físicas, sensoriales o mentales sean reducidas, o por personas con falta de experiencia o de conocimientos, salvo si éstas están vigiladas por una persona responsable de su seguridad o han recibido instrucciones relativas al uso del aparato. Se recomienda vigilar siempre a los niños para asegurarse de que no juegan con el aparato.
- Compruebe que la tensión de su red eléctrica se corresponde con la del aparato. Cualquier error de conexión puede provocar daños irreversibles que no están cubiertos por la garantía.
- No utilice el aparato y contacte con un Centro de Servicio Autorizado si: su aparato ha caído al suelo, si no funciona normalmente.
- Importante: el aparato no debe sumergirse ni pasarse por el agua.
- No dejar el aparato expuesto durante un tiempo prolongado a temperaturas inferiores a 0°C y superiores a 35°C (por ejemplo, detrás de un cristal a pleno sol).
- Mantenga alejado el cable, el aparato y los accesorios de cualquier fuente de calor.
- No utilice nunca el aparato en caso de anomalías de funcionamiento ni tras haber caído al suelo (daños no visibles pueden resultar perjudiciales para su seguridad).
- Los consejos de uso se ofrecen a título indicativo y no comprometen la responsabilidad de Rowenta en caso de un resultado no conforme con los deseos del usuario.
- En caso de fallos en el funcionamiento, consulte el apartado “en caso de problemas” o póngase en contacto con nuestro servicio al consumidor o con su vendedor habitual.






ADVERTENCIA: Las baterías instaladas no deberán exponerse a un calor excesivo, luz solar directa, fuego o una fuente de calor similar. El enchufe de red se utiliza como dispositivo de desconexión, por lo que debe ser fácilmente accesible para su uso. Si el cable eléctrico está dañado, debe ser sustituido por el fabricante, su servicio de asistencia técnica o un técnico de cualificación similar, para evitar riesgos.

GARANTÍA: Su aparato está diseñado para un uso exclusivamente doméstico. Por tanto, no debe utilizarse para fines profesionales. La garantía quedará anulada y no tendrá efecto en caso de un uso incorrecto.

3-Funciones de su simulador de alba

a) Sonidos y radio FM



Su simulador de alba le ofrece 5 sonidos así como la radio para despertarse y/o dormirse:

- 1 - Carillón al viento (14)  (despertar suave)
- 2 - Canto de pájaros (15)  (despertar suave)
- 3 - Mar y olas (16)  (despertar suave)
- 4 - Percusiones (17)  (réveil tonique)
- 5 - Gong tibetano (18)  (réveil tonique)
- 6 - Radio (19) FM

⇒ Consulte los puntos 8, 9 y 10 para ajustar los diferentes sonidos en función de su selección de despertar.

b) Intensidad del volumen y de la luz (botones 21-22)

ES

- Botón de ajuste de la luz con +/- (21)  = para aumentar o reducir el volumen de luz.
- Botón de ajuste del sonido con +/- (22)  = para aumentar o reducir el volumen de sonido o de la radio.

4-USO

Antes del primer uso



- 1 - Coloque el aparato en una superficie plana y estable, cerca de la cama, por ejemplo, en la mesilla de noche.
- 2 - Conecte el cable de alimentación a la electricidad:
los números de la hora aparecerán en la pantalla (00:00) parpadeando.
- 3 - Ahora puede empezar a ajustar la hora. Para ello, consulte el punto 5-Ajuste de la hora.

IMPORTANTE

Si le parece que la luz es demasiado fuerte al despertarse, reduzca la intensidad luminosa; para ello consulte el punto (b) del capítulo 3.

5-Ajuste de la hora 12:34 (botón 2)

Cuando enchufa su simulador de alba, los números de la hora aparecen en la pantalla (00:00) parpadeando.

- Pulse el botón (2) : los números de las horas parpadean
- a continuación pulse los botones + o - (5 o 6) para desplazarse por las horas.
- vuelva a pulsar el botón (2)  para fijar la hora y proceda a ajustar los minutos.
- los números de los minutos parpadean,
- a continuación pulse los botones + o - (5 o 6) para desplazarse por los minutos.
- vuelva a pulsar el botón 2 para fijar los minutos.



Ahora la hora está ajustada




si pulsa más de 2 segundos los botones 5 o 6, los números se sucederán rápidamente.

6-Ajuste de la hora de la alarma 06:18 (botón 3)

Ajuste de la hora de despertar:

- Pulse una vez el botón (3) : los números de las horas parpadean
- a continuación pulse los botones + o - (5 o 6) para desplazarse por las horas.
- vuelva a pulsar el botón (3)  para fijar la hora.
- los números de los minutos parpadean,

- a continuación pulse los botones + o - (5 o 6) para desplazarse por los minutos.
- vuelva a pulsar el botón (3)  para fijar los minutos.




Ahora la hora de la alarma está ajustada.



si pulsa más de 2 segundos los botones 5 o 6, los números se sucederán rápidamente.


Ajuste del modo de despertar:

Ahora puede seleccionar su manera de despertarse: sólo tiene que pulsar el botón que prefiera:

- Botón (7)  = ajuste despertar tónico
- Botón (8)  = ajuste despertar suave
- Botón (9)  = ajuste despertar personalizado

⇒ Para el ajuste completo del modo de despertarse, consulte a continuación los puntos 8, 9 y 10



luego, si desea cambiar el sonido sin despertar a su pareja, puede navegar por los sonidos con el botón (20)  . El último símbolo del sonido seleccionado permanecerá activado sin emitir ningún sonido. Al cabo de 7 segundos quedará seleccionado.

7-Ajuste de la emisora de radio FM (botón 4)

Puede escuchar la radio, en cualquier momento, en su simulador de alba.

Para ello, sólo tiene que pulsar una vez el botón (4) FM: la radio se encenderá.

Para apagar la radio: pulse una vez el botón (4) FM: la radio se apagará.

1) Para seleccionar la emisora de radio:

- Pulse el botón (4) FM. La frecuencia de radio aparecerá en la pantalla en lugar de los números de la hora.
- Pulse los botones + o - (5 o 6) para buscar la frecuencia de radio que desee. Una vez seleccionada la emisora, al cabo de 5 segundos **la frecuencia deja de parpadear.**

La emisora está seleccionada.

La hora volverá a aparecer en la pantalla digital.

- Pulse el botón (4) FM para apagar la radio.



si pulsa más de 2 segundos los botones 5 o 6, las emisoras se sucederán rápidamente.

2) Para ajustar el volumen de la radio:

- Pulse el botón de ajuste de la intensidad del volumen + o -  (22) para aumentar o reducir el sonido.

Introducción a los 3 modos de despertarse y al modo Softsleep de su simulador de alba "Sunshine®":

Su simulador de alba Sunshine® posee 3 modos de despertarse diferentes: despertar suave, despertar tónico y despertar personalizado, que se explican detalladamente en los capítulos 8, 9 y 10.

1) Despertar SUAVE 



45 minutos

El modo "suave" le despertará con una luz suave en unos tonos amarillo-anaranjados. El alba se realizará en 45 minutos, hasta la hora de su despertar, seguido de una música suave que difunde una "energía zen" para empezar el día tranquilo y relajado.

2) Despertar TÓNICO ☀️

15 minutos

El modo "Tónico" le despertará con una luz vitaminada en unos tonos que oscilan entre el rojo-anaranjado y el amarillo claro. El alba durará 15 minutos hasta la hora de su despertar, seguido de una música tónica para empezar el día positivo y lleno de energía.

3) Despertar PERSONALIZADO 🎵

15 - 30 - 45

En este modo la duración del alba y los sonidos musicales pueden ajustarse en función de qué humor tenga ese día, con un amanecer de 15, 30 o 45 minutos.

- Función SOFTSLEEP: 🌙

15 - 30 - 60

Gracias a la función soft sleep, por la noche, puede ajustar su simulador de alba para que la luz se vaya apagando gradualmente (durante 15, 30 o 60 minutos) y se vaya durmiendo progresivamente.

ES

8-Ajuste del modo despertar SUAVE 🎵 (botón 8)

En este modo de despertar, puede seleccionar 3 sonidos calmantes:

(14) - 🎵 Carillón al viento

(15) - 🎵 Canto de pájaros

(16) - 🎵 Mar y olas

Modo de proceder:

1 - Pulse más de 2 segundos el botón (8) 🎵.

2 - Luego puede navegar por los diferentes símbolos parpadeantes que representan los sonidos: (14) 🎵, (15) 🎵 y (16) 🎵 con el botón (20) 🎵. Entonces oirá cómo suenan los diferentes sonidos durante unos segundos.

3 - Cuando el sonido le guste, valide con el botón (8) 🎵. Si deja de pulsar, al cabo de 7 segundos el sonido quedará seleccionado. El símbolo correspondiente permanecerá encendido para indicar que el sonido está activado.

=> El modo de despertar "suave" está seleccionado. El símbolo 🎵 correspondiente permanecerá encendido para indicar que este modo de despertar está activado para el día siguiente por la mañana. Para desactivar este modo, vuelva a pulsar el botón (8) 🎵.

9-Ajuste del modo despertar TÓNICO ☀️ (botón 7)







En este modo de despertar, puede seleccionar 2 sonidos dinamizantes:

(17) - 🎵 Percusiones

(18) - 🎵 Gong tibetano

Modo de proceder:

1 - Pulse más de 2 segundos el botón (7) ☀️.

- 2 - Luego puede navegar por los diferentes símbolos parpadeantes que representan los sonidos: (17)  y (18)  con el botón (20) . Entonces oírás cómo suenan los diferentes sonidos durante unos segundos.
 - 3 - Cuando el sonido le guste, valide con el botón (7) . Si deja de pulsar, al cabo de 7 segundos el sonido quedará seleccionado. El símbolo correspondiente permanecerá encendido para indicar que el sonido está activado.
- => El modo de despertar "tónico" está seleccionado. El símbolo correspondiente  permanecerá encendido para indicar que este modo de despertar está activado para el día siguiente por la mañana. Para desactivar este modo, vuelva a pulsar el botón (7) .

10-Ajuste del modo despertar PERSONALIZADO (botón 9)








En este modo de despertar, puede realizar todos los ajustes que desee:

- 1 - Selección entre los 5 sonidos, la radio o el modo de luz sólo.
- 2 - Ajuste de la intensidad del sonido
- 3 - Ajuste de la intensidad luminosa
- 4 - Ajuste de la duración del alba (15, 30 o 45 min.)



Modo de proceder:

Etapa 1: Selección entre los 5 sonidos, la radio o el modo de luz sólo.

Pulse más de 2 segundos el botón (9) . Todos los pilotos luminosos correspondientes a los sonidos empezarán a parpadear.

- Con el botón (20)  puede navegar por los diferentes pilotos parpadeantes que representan los sonidos: (14)  (15)  (16)  (17)  (18)  y FM. Entonces oírás cómo suenan los diferentes sonidos durante unos segundos.
- Si ha escogido la radio para despertarse: puede cambiar la emisora programada pulsando los botones + / - (5) y (6).
- Cuando el sonido o la estación de radio le gusten, valide con el botón (9) . Si deja de pulsar, al cabo de 7 segundos su elección quedará seleccionada. El símbolo correspondiente permanecerá encendido para indicar que el sonido está activado.



Etapa 2: Ajuste de la intensidad del sonido:

- Pulse el botón de ajuste de la intensidad del volumen + / -  (22) para aumentar o reducir el sonido. Una vez que haya realizado su selección, pulse el botón (9) . Entonces la intensidad quedará seleccionada para el próximo despertar.




si no desea despertarse con ningún sonido sino sólo con la luz: seleccione la intensidad 0 con el botón (22) .



Etapa 3: Ajuste de la intensidad luminosa:

- Pulse el botón de ajuste de la intensidad de la luz + / -  (21) para aumentar o reducir la intensidad luminosa. Una vez que haya realizado su selección, pulse . Entonces la intensidad quedará seleccionada para el próximo despertar.

IMPORTANTE: la intensidad luminosa de su simulador de alba aparece de 0 a 10 en la pantalla digital. Cuando la cifra seleccionada es el 0 la luz se corta. En los primeros ajustes, quizás no le resulte fácil seleccionar la intensidad ideal. Intente imaginar que es con esta intensidad con la que va a despertarse por la mañana. En caso de duda, opte por una intensidad media de 5. No olvide que en cualquier momento puede ajustar su selección siguiendo las instrucciones del punto (b) del capítulo 3




Etapa 4: Ajuste de la duración del alba (15, 30 o 45 min.)

- la hora de la pantalla digital es sustituida entonces por una cifra que indica la duración del alba: 15, 30 o 45 minutos. Esta cifra parpadea. Para realizar su selección, pulse los botones + o -(5) o (6). Vuelva a pulsar el botón (9) , la duración del alba quedará seleccionada.

=> El modo de despertar "Personalizado" está seleccionado. El símbolo correspondiente  permanecerá encendido para indicar que este modo de despertar está activado para el día siguiente por la mañana. Para desactivar este modo, vuelva a pulsar el botón (9) .







11-Función Snooze SNOOZE ON/OFF (botón 23)

Su aparato dispone de un botón "SNOOZE SNOOZE ON/OFF" (23) o incluso "repetición", que le permite reactivar la alarma si no desea levantarse enseguida.




- 1) Cuando la alarma se active, pulse una vez el botón SNOOZE: el sonido disminuirá progresivamente y la alarma se reactivará 5 minutos más tarde.
- 2) Durante este tiempo, el símbolo luminoso  o  o , correspondiente al modo de despertar seleccionado parpadeará para indicar que se encuentra en la función Snooze.

ES



- Para **apagar definitivamente** su simulador de alba = pulse más de 2 segundos el botón Snooze. Entonces su despertador se apagará y se **reactivará automáticamente** al día siguiente.

=> El símbolo luminoso  o  o , permanecerá encendido para indicar que la alarma está activada para el día siguiente por la mañana. Si desea desactivar la alarma para el día siguiente por la mañana, pulse simplemente el botón correspondiente al modo de despertar seleccionado  o  o . El símbolo luminoso se apagará para indicar que la alarma está desactivada.

12-Ajuste de la función SOFTSLEEP  (botón 10)**Ajuste de la función SOFTSLEEP o "atardecer":**

- Pulse el botón (10)  : el piloto (11), correspondiente a la duración de 15 minutos se encenderá. Después de 5 segundos, el efecto "atardecer" comenzará y le acompañará hasta que se duerma durante 15 minutos.
- Si desea un efecto "atardecer" con una duración de 30 minutos, pulse de nuevo el botón (10)  : el piloto (12) se encenderá. Después de 5 segundos, el efecto "atardecer" comenzará y le acompañará hasta que se duerma durante 30 minutos.
- Si desea un efecto "atardecer" con una duración de 60 minutos, pulse de nuevo el botón (10)  : el piloto (13) se encenderá. Después de 5 segundos, el efecto "atardecer" comenzará y le acompañará hasta que se duerma durante 60 minutos.

EN CUALQUIER MOMENTO

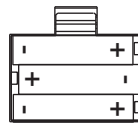
- Botón SNOOZE ON/OFF (23) SNOOZE ON/OFF = para encender o apagar la luz
- Botón de ajuste del sonido (22)  = para aumentar o reducir el volumen del sonido o de la radio.
- Botón de ajuste de la luz (21)  = para aumentar o reducir el volumen de luz
- Para escuchar la radio: pulse el botón (4) FM : la radio se encenderá. Para apagar la radio: pulse el botón (4) FM: la radio se apagará.

13-Cambio de pilas

Su aparato SUNSHINE® funciona con electricidad, sin embargo, las pilas previstas en su simulador de alba son una seguridad en caso de un fallo en la corriente, para memorizar todos los parámetros que ha ajustado.

- No utilice nunca una pila nueva con una pila antigua.
- Su aparato SUNSHINE® necesita 3 pilas LR3 AAA (no incluidas).
- Utilice sólo pilas LR3 AAA.

- Cuando cambie las pilas, respete el sentido indicado en la trampilla de las pilas (dibujo):



- Retire las pilas cuando estén agotadas o si no va a utilizar el aparato durante un período prolongado de tiempo.

14-Mantenimiento

- Su aparato exige muy poco mantenimiento. Puede limpiarlo con un paño seco o ligeramente humedecido.
- Procure secar bien las partes que acaba de limpiar.
- No sumerja nunca el aparato en el agua.

15-¡Contribuyamos a la protección del medio ambiente!

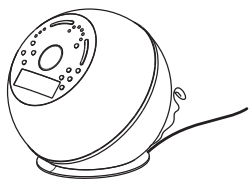


- ① Su aparato contiene numerosos materiales valorizables o reciclables.
- ➔ Confíelo a un punto de colecta o, a defecto, a un centro servicio autorizado para que se efectúe su tratamiento.

16-En caso de problemas

- El aparato no funciona.
Asegúrese de que el enchufe está bien conectado a la electricidad.
Asegúrese de que la toma funciona.
- El aparato no tiene en cuenta mis ajustes => Desconecte el aparato retirando el enchufe de la toma y luego vuelva a conectarlo. A continuación podrá volver a realizar sus ajustes.
- La alarma se ha activado pero no he oído ningún sonido => la intensidad del sonido está quizás ajustada en 0 o a un nivel demasiado bajo. Consulte el punto (b) del capítulo 3.
O puede que usted haya desactivado la alarma. Para activarla consulte el capítulo 5.
- La radio no funciona o emite sonidos distorsionados => quizás el cable de la antena (27) no esté bien desplegado.
- La radio programada para despertarme no ha funcionado => Desactive la alarma, encienda la radio para comprobar si funciona correctamente. Asegúrese también de que el cable de la antena (27) esté bien desplegado.
- La hora de su simulador de alba parpadea. Quizás se ha producido una avería en la corriente o sus pilas están gastadas => Compruebe las pilas y cámbielas si fuera necesario.

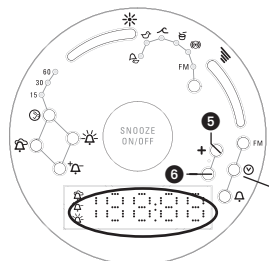
ARRANQUE RÁPIDO



1 Instalação

- Instale o aparelho na sua mesa-de-cabeceira.
- Ligue a ficha à tomada.

Para começar, pode limitar-se apenas a proceder ao ajuste da hora e do alarme.

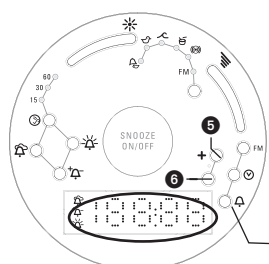


2 Ajuste da hora

- Prima uma vez a tecla (2) : os algarismos das horas piscam.
- Prima as teclas + ou - (5 ou 6) para fazer desfilar as horas.
- Volte a premir a tecla (2) para fixar a hora e proceder ao ajuste dos minutos.
- Os algarismos dos minutos piscam
- Prima as teclas + ou - (5 ou 6) para fazer desfilar os minutos.
- Prima a tecla (2) para fixar os minutos.

hora já está acertada.

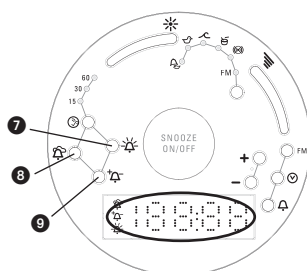
PT



3 Ajuste da hora do alarme

- Prima uma vez a tecla (3) : os algarismos das horas piscam.
- De seguida, prima as teclas + ou - (5 ou 6) para fazer desfilar as horas.
- Volte a premir a tecla 3 para fixar a hora.
- Os algarismos dos minutos piscam.
- De seguida, prima as teclas + ou - (5 ou 6) para fazer desfilar os minutos.
- Volte a premir a tecla (3) para fixar os minutos.

A hora do alarme já está acertada.



4 Ajuste do tipo de alarme

Ajuste do modo de despertar:

Pode desde já escolher o tipo de despertar: basta-lhe premir a tecla à sua escolha:

- Tecla (7) = ajuste de despertar Tónico
- Tecla (8) = ajuste de despertar Em Suavidade
- Tecla (9) = ajuste de despertar Personalizado (manual)

5 Escolha dos programas:

- Quando escolher o programa: Despertar Em Suavidade será despertado por uma luz progressiva durante 45 minutos, seguida por um som suave: carrilhão ao vento, cantos de pássaros ou mar e ondas.
- Quando escolher o programa: Despertar Tónico será despertado por uma luz progressiva durante 15 minutos, seguida por um som tónico: percussões ou Gongos tibetano.
- Quando escolher o programa: Despertar Personalizado será despertado em função do seu humor, com uma luz progressiva durante 15, 30 ou 45 minutos, seguida por um som à sua escolha ou pela rádio.

Para os ajustes, consulte o manual, nos capítulos 8, 9 e 10.

INTRODUÇÃO / APRESENTAÇÃO DO SEU SIMULADOR DE AMANHECER

Obrigado por ter adquirido **Sunshine®**, o simulador de amanhecer da ROWENTA que foi concebido para ajudá-lo a despertar mais facilmente com a ajuda de uma luz progressiva, bem como de sons suaves ou tónicos. .

O papel da luz no organismo

A luz é vital para o homem. Influencia o nosso relógio interno com base no ritmo regular do dia e da noite. Com efeito, a luz da manhã activa naturalmente o nosso relógio interno ao estimular a secreção de cortisol, a hormona do despertar e da energia. À noite, o desaparecimento da luz indica ao nosso corpo que está na altura de produzir melatonina, uma hormona que nos prepara para o sono. Por este motivo, é importante que o nosso organismo registe o dia e a noite no momento adequado, na medida em que uma sincronização errada desregula o ritmo sono-despertar e expõe-nos a carências de energia e dificuldades para adormecer.

Sunshine® espalha todas as manhãs uma luz colorida que recria um verdadeiro efeito “nascer do sol” vermelho alaranjado para uma acção energizante no corpo e no espírito.

COMO FUNCIONA O SEU SIMULADOR DE AMANHECER?

A acção de Sunshine®:

Sunshine® da ROWENTA prepara-o suavemente para o despertar, ao simular um nascer do sol na Natureza: a luz que aumenta progressivamente é captada pelos olhos e indica ao corpo que está na altura de segregar o cortisol. A temperatura do corpo inicia, então, o seu aumento diário e o despertar é efectuado em suavidade, naturalmente.

Cada um tem uma sensibilidade à luz que lhe é específica. Por isso, pode ajustar a intensidade luminosa de **Sunshine®** em função das suas necessidades e iniciar o dia descontraído e cheio de energia.

Sunshine® cuida também do seu adormecimento. Graças à função soft sleep, pode, à noite, ajustar o despertador para que a luz se apague gradualmente e, deste modo, adormecer de forma progressiva.

1-DESCRIÇÃO

- | | |
|---|--|
| 1 – Apresentação digital da hora | 17 – Som “percussões” para despertar tónico |
| 2 – Ajuste da hora | 18 – Som “gongo tibetano” para despertar tónico |
| 3 – Ajuste da hora do alarme | 19 – Rádio |
| 4 – Ajuste do rádio | 20 – Tecla de selecção dos sons |
| 5 – 6 : teclas de ajuste + e - | 21 – Tecla de ajuste da intensidade luminosa + ou - |
| 7 – Ajuste de despertar tónico | 22 – Tecla de ajuste da intensidade do volume + ou - |
| 8 – Ajuste de despertar em suavidade | 23 – Função snooze e on/off |
| 9 – Ajuste de despertar personalizado | 24 – Símbolo de despertar tónico |
| 10 – Ajuste de função soft sleep | 25 – Símbolo de despertar em suavidade |
| 11 – Programação 15 minutos | 26 – Símbolo de despertar personalizado |
| 12 – Programação 30 minutos | 27 – Fio de Antena |
| 13 – Programação 60 minutos | 28 – Cabo de alimentação |
| 14 – Som “carrilhão ao vento” para despertar em suavidade | 29 – Base |
| 15 – Som “cantos de pássaros” para despertar em suavidade | 30 – Compartimento das pilhas |
| 16 – Som “mar e ondas” para despertar em suavidade | 31 – Altifalante |

PT

Para que o seu Simulador de amanhecer SUNSHINE® lhe ofereça os melhores resultados, leia com atenção o modo de emprego, bem como as instruções de segurança antes de qualquer utilização.

2-CONSELHOS DE SEGURANÇA

Para a sua segurança, este aparelho está em conformidade com as normas e regulamentos aplicáveis (Directivas de Baixa Tensão, Compatibilidade Electromagnética, Ambiente...).

- Este aparelho não foi concebido para ser utilizado por indivíduos (incluindo crianças) cujas capacidades físicas, sensoriais ou mentais estão diminuídas, ou por indivíduos sem experiência ou conhecimentos, excepto no caso de terem podido beneficiar, pelo intermédio de uma pessoa responsável pela sua segurança, de vigilância ou instruções prévias referentes à utilização do aparelho. É adequado vigiar as crianças para garantir que elas não brincam com o aparelho.
- Verifique se a tensão da sua instalação eléctrica corresponde à do seu aparelho. Qualquer erro de ligação pode causar danos irreversíveis que não estão cobertos pela garantia.
- Não utilize o seu aparelho e contacte um Centro de Assistência Autorizado se: o seu aparelho caiu, não funciona normalmente.
- Importante: o aparelho não deve ser mergulhado nem passado por água.
- Não deixe o aparelho exposto por um longo período de tempo a temperaturas inferiores a 0 °C e superiores a 35°C (sob um vidro ao sol, por exemplo).
- Afaste o cabo, o aparelho e os acessórios de todas as fontes de calor.
- Nunca utilize o aparelho no caso de anomalias de funcionamento nem após uma queda (danos não visíveis podem ser prejudiciais para a sua segurança).
- Os conselhos de utilização são fornecidos a título indicativo e não comprometem a responsabilidade da Rowenta no caso de um resultado que não esteja em conformidade com os desejos do utilizador.
- No caso de qualquer defeito de funcionamento, consulte o parágrafo “no caso de problema” ou contacte o nosso serviço do consumidor ou o seu revendedor.






ADVERTÊNCIA: as pilhas instaladas não devem ser expostas a calor excessivo, como luz do sol, fogo ou afins. A ficha eléctrica é utilizada como dispositivo de desactivação e deve permanecer prontamente operável. No caso de danificado, o cabo de alimentação deve ser substituído pelo fabricante, respectivo agente de assistência ou técnicos de qualificação semelhante de modo a evitar uma situação de perigo.

GARANTIA: O seu aparelho destina-se exclusivamente a um uso doméstico. Não pode ser utilizado para fins profissionais. A garantia torna-se nula e inválida no caso de uma utilização incorrecta.

3-Funcionalidades do seu simulador de amanhecer



a) Sons e rádio FM

O seu simulador de amanhecer oferece-lhe 5 sons, bem como o rádio, para despertar e/ou adormecer:

- 1 - Carrilhão ao vento (14)  (despertar em suavidade)
- 2 - Cantos de pássaros (15)  (despertar em suavidade)
- 3 - Mar e ondas (16)  (despertar em suavidade)
- 4 - Percussões (17)  (despertar tónico)
- 5 - Gongo tibetano (18)  (despertar tónico)
- 6 - Radio (19) FM

⇒ Reportez-vous aux points 8, 9, 10 pour régler les différents sons selon votre choix de réveil.

b) Intensidade do volume e da luz (teclas 21-22)

- Tecla de ajuste da luz com +/- (21)  = para aumentar ou reduzir o volume da luz.
- Tecla de ajuste do som com +/- (22)  = para aumentar ou reduzir o volume dos sons ou do rádio.

4-UTILIZAÇÃO

Antes da primeira utilização




- 1 - Instale o seu aparelho numa superfície plana e estável ao lado da cama, como, por exemplo, a sua mesa-de-cabeceira.
- 2 - Ligue o cabo de alimentação à tomada de rede:
 - os algarismos da hora são apresentados (00:00) e piscam
- 3 - Pode desde já iniciar o ajuste da hora. Para tal, consulte o ponto 5-Ajuste da hora.

IMPORTANTE!

Caso considere que a luz é demasiado intensa para despertar, diminua a intensidade luminosa consultando o ponto (b) do capítulo 3.

5-Ajuste da hora 12:34 (tecla 2)

Quando liga o seu Simulador de amanhecer, os algarismos da hora são apresentados (00:00) e piscam.




- Prima a tecla (2)  : os algarismos das horas piscam.
- De seguida, prima as teclas + ou - (5 ou 6) para fazer desfilas as horas.
- Prima a tecla (2)  para fixar a hora e proceda ao ajuste dos minutos.
- Os algarismos dos minutos piscam.
- De seguida, prima as teclas + ou - (5 ou 6) para fazer desfilas os minutos.
- Prima a tecla (2)  para fixar os minutos.

A hora já está acertada.



se premir durante mais de 2 segundos as teclas 5 ou 6, os algarismos desfilam muito rapidamente.

6-Ajuste da hora do alarme 06:18 (tecla 3)

- Prima uma vez a tecla(3)  : os algarismos das horas piscam
- De seguida, prima as teclas + ou - (5 ou 6) para fazer desfilas as horas.
- Prima a tecla (3)  para fixar a hora.
- Os algarismos dos minutos piscam
- De seguida, prima as teclas + ou - (5 ou 6) para fazer desfilas os minutos.
- Prima a tecla (3)  para fixar os minutos.

A hora do alarme já está acertada.



se premir durante mais de 2 segundos as teclas 5 ou 6, os algarismos desfilam muito rapidamente.

Ajuste do modo de despertar:

Pode desde já escolher o seu tipo de despertar: basta-lhe premir a tecla à sua escolha:

- Tecla (7) = ajuste de despertar tónico
- Tecla (8) = ajuste de despertar em suavidade
- Tecla (9) = ajuste de despertar personalizado

⇒ Para o ajuste completo do modo de despertar, consulte de seguida os pontos 8 - 9 e 10



se pretender de seguida mudar o som sem despertar o seu parceiro, pode navegar entre os sons com a ajuda da tecla (20) . O último símbolo do som seleccionado mantém-se aceso sem emitir som. É seleccionado ao fim de 7 segundos.

7-Ajuste da estação de rádio FM (tecla 4)

Dispõe da possibilidade de, em qualquer altura, ouvir rádio no seu simulador de amanhecer.

Para tal, basta-lhe premir uma vez a tecla (4) FM: o rádio acende-se.

Para desligar o rádio: prima uma vez a tecla (4) FM: o rádio desliga-se.

1) Para ajustar a estação de rádio:

- Prima a tecla (4) FM. A frequência do rádio é apresentada no lugar dos algarismos da hora.
- Prima as teclas + ou - (5 ou 6) para encontrar a frequência de rádio pretendida. Uma vez a estação ajustada, ao fim de 5 segundos, a frequência deixa de piscar.

A sua estação é seleccionada.

A hora reaparece no visor digital.

- Prima a tecla (4) FM para desligar o rádio.



se premir durante mais de 2 segundos as teclas 5 ou 6, os algarismos desfilam muito rapidamente.

2) Para ajustar o volume do rádio:

- Prima a tecla de ajuste da intensidade do volume + ou - (22) para aumentar ou diminuir o som.

Introdução aos 3 modos de despertar e do modo Softsleep do seu simulador de amanhecer "Sunshine®":

O seu simulador de amanhecer Sunshine® possui 3 modos de despertar diferentes: Despertar em Suavidade, Despertar Tónico e Despertar Personalizado, que lhe são explicados em pormenor nos capítulos 8, 9 e 10.

1) Despertar EM SUAVIDADE



45 minutos

O modo "suavidade" desperta-o com uma luz suave em tons amarelo-alaranjados. O nascer do sol ocorre em 45 minutos, até à hora do seu despertar, seguido por uma música suave que espalha uma "energia zen" para começar o dia descontraído e relaxado.

2) Despertar TÓNICO ☀

15 minutos

O modo "Tónico" desperta-o com uma luz vitaminada em tons que vão do vermelho-alaranjado ao amarelo claro. O nascer do sol ocorre em 15 minutos, até à hora do seu despertar, seguido por uma música tónica para começar o dia positivo e cheio de energia.

3) Despertar PERSONALIZADO ⚙

15 - 30 - 45

Neste modo, tanto a duração do nascer do sol como os sons musicais podem ser ajustados em função do humor do dia, com um nascer do sol de 15, 30 ou 45 minutos.

- Função SOFTSLEEP: ☾

15 - 30 - 60

Graças à função soft sleep, pode, à noite, ajustar o seu simulador de amanhecer, de modo a que a luz se apague gradualmente (durante 15, 30 ou 60 minutos), permitindo com que adormeça de forma progressiva.

8-Ajuste do modo de despertar EM SUAVIDADE 🎵 (tecla 8)

Neste modo de despertar, tem a possibilidade de seleccionar 3 sons tranquilizantes:

(14) - 🎵 Carrilhão ao vento

(15) - 🎵 Cantos de pássaros

(16) - 🎵 Mar e ondas

Modo operativo:

1 - Prima durante mais de 2 segundos a tecla (8) 🎵.

2 - De seguida, pode navegar entre os diferentes símbolos intermitentes que representam os sons: (14) 🎵, (15) 🎵 e (16) 🎵 com a ajuda da tecla (20) 🎵. Ouvirá, então, os diferentes sons tocarem durante alguns segundos.

3 - Quando o som lhe convier, valide com a tecla (8) 🎵. Se deixar de premir, o som é seleccionado ao fim de 7 segundos. O símbolo correspondente mantém-se aceso para indicar que o som está activado.

=> O modo de despertar "em suavidade" é seleccionado. O símbolo 🎵 correspondente mantém-se aceso para indicar que este modo de despertar está activado para o dia seguinte de manhã. Para desactivar este modo, prima a tecla (8) 🎵.

9-Ajuste do modo de despertar TÓNICO ☀ (tecla 7)

Neste modo de despertar, tem a possibilidade de seleccionar 2 sons dinamizadores:


(17) - 🎵 Percussões



(18) - 🎵 Gongo tibetano

Modo operativo:

1 - Prima durante mais de 2 segundos a tecla (7) ☀.

2 - De seguida, pode navegar entre os diferentes símbolos intermitentes que representam os sons: (17) 🎵 e (18) 🎵 com a ajuda da tecla (20) 🎵. Ouvirá, então, os diferentes sons tocarem durante alguns segundos.

3 - Quando o som lhe convier, valide com a tecla (7) . Se deixar de premir, o som é seleccionado ao fim de 7 segundos. O símbolo correspondente mantém-se aceso para indicar que o som está activado.

=> **O modo de despertar “tónico” é seleccionado. O símbolo correspondente  mantém-se aceso para indicar que este modo de despertar está activado para o dia seguinte de manhã. Para desactivar este modo, prima a tecla (7) .**


10-Ajuste do modo de despertar PERSONALIZADO (tecla 9)







Neste modo de despertar, tem a possibilidade de efectuar todos os ajustes que pretender:

- 1 - Escolha entre os 5 sons, o rádio ou o modo luz apenas.
- 2 - Ajuste da intensidade do som
- 3 - Ajuste da intensidade luminosa
- 4 - Ajuste da duração do aumento da luz (15, 30 ou 45 min.)


Modo operativo:

Etapa 1: Escolha entre os 5 sons, o rádio ou o modo luz apenas.



Prima durante mais de 2 segundos a tecla (9) . Piscam todos os indicadores luminosos correspondentes aos sons.

- Com a ajuda da tecla (20)  pode, de seguida, navegar entre os diferentes indicadores intermitentes que representam os sons: (14)  (15)  (16)  (17)  (18)  e FM. Ouvirá, então, os diferentes sons tocarem durante alguns segundos.


- Se tiver escolhido o rádio para despertar: pode mudar a estação guardada premindo as teclas + /- (5) e (6).

- Quando o som ou a estação de rádio lhe convier, valide com a tecla (9) . Se deixar de premir, o som é seleccionado ao fim de 7 segundos. O símbolo correspondente mantém-se aceso para indicar que o som está activado.



Etapa 2: Ajuste da intensidade do som:

- Prima a tecla de ajuste da intensidade do volume + /-  (22) para aumentar ou diminuir o som. Depois de fazer a sua escolha, prima a tecla (9) . **A intensidade é, então, seleccionada para o despertar seguinte.**




se não pretender ser despertado por um som, mas apenas pela luz: escolha a intensidade 0 com a ajuda da tecla (22) .

Etapa 3: Ajuste da intensidade luminosa:



- Prima a tecla de ajuste da intensidade da luz + /-  (21) para aumentar ou diminuir a intensidade luminosa. Depois de fazer a sua escolha, prima . A intensidade é, então, seleccionada para o despertar seguinte.

IMPORTANTE: a intensidade luminosa do seu simulador de amanhecer é apresentada de 0 a 10 no ecrã digital. Quando o algarismo seleccionado é 0, a luz é cortada. Aquando dos primeiros acertos, é possível que não lhe seja fácil escolher a intensidade ideal. Experimente imaginar que é com esta intensidade que irá despertar de manhã. Na dúvida, escolha uma intensidade média de 5. Saiba que pode, em qualquer altura, ajustar a sua escolha seguindo as instruções do ponto (b) do capítulo 3.

Etapa 4: Ajuste da duração do aumento da luz (15, 30 ou 45 min.):




- A hora no visor digital é, então, substituída por um algarismo que indica a duração do aumento da luz: 15, 30 ou 45 minutos. Este algarismo pisca. Para fazer a sua escolha, prima as teclas + ou -(5) ou (6). Prima a tecla (9) , e a duração do aumento da luz é seleccionada.

PT







=> O modo de despertar “Personalizado» é seleccionado. O símbolo correspondente  mantém-se aceso para indicar que este modo de despertar está activado para o dia seguinte de manhã. Para desactivar este modo, prima a tecla (9) .

11-Função Snooze SNOOZE ON/OFF (tecla 23)

O seu aparelho está equipado com uma tecla “SNOOZE” SNOOZE ON/OFF (23) ou “repetição”, que lhe permite reiniciar o alarme caso não pretenda levantar-se de imediato.




- 1) Quando o alarme começa a funcionar, prima uma vez a tecla SNOOZE: o som diminuirá progressivamente e o alarme volta a ser accionado 5 minutos mais tarde.
- 2) Durante este tempo, o símbolo luminoso  ou  ou , correspondente ao modo de despertar escolhido pisca para indicar que se encontra na **função Snooze**.

- Para **desligar de vez** o seu simulador de amanhecer = prima durante mais de 2 segundos a tecla Snooze. O seu despertador é, então, desligado e **voltará a ser automaticamente reactivado** no dia seguinte.



=> O símbolo luminoso  ou  ou , mantém-se aceso para indicar que o alarme foi activado para o dia seguinte de manhã. Se pretende desactivar o alarme para o dia seguinte de manhã, basta premir o botão correspondente ao modo de despertar escolhido  ou  ou . O símbolo luminoso apaga-se para indicar que o alarme está desactivado.

12-Ajuste da função SOFTSLEEP (tecla 10)

Ajuste da função SOFTSLEEP ou “pôr-do-sol”:

- Prima a tecla (10)  : : acende-se o indicador luminoso (11), correspondente à duração de 15 minutos. Após 5 segundos, inicia-se o efeito “pôr-do-sol”, que o irá acompanhar até adormecer durante 15 minutos.
- Se pretender um efeito “pôr-do-sol” durante 30 minutos, prima de novo a tecla(10)  : lacende-se o indicador (12). Após 5 segundos, inicia-se o efeito “pôr-do-sol”, que o irá acompanhar até adormecer durante 30 minutos.
- Se pretender um efeito “pôr-do-sol” durante 60 minutos, prima de novo a tecla (10)  : acende-se o indicador (13). Após 5 segundos, inicia-se o efeito “pôr-do-sol”, que o irá acompanhar até adormecer durante 60 minutos.

EM QUALQUER ALTURA

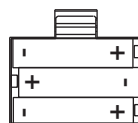
- Tecla SNOOZE ON/OFF (23) SNOOZE ON/OFF = para acender ou desligar a luz
- Tecla de ajuste do som (22)  = para aumentar ou reduzir o volume do som ou do rádio
- Tecla de ajuste da luz (21)  = para aumentar ou reduzir o volume da luz
- Para ouvir o rádio: prima a tecla (4) FM: o rádio acende-se. Para desligar o rádio: prima a tecla (4) FM: o rádio desliga-se.

13–Mudança das pilhas

O seu aparelho SUNSHINE® funciona com a alimentação de rede. Contudo, as pilhas instaladas no seu simulador de amanhecer são uma segurança para, no caso de uma falha de corrente, guardarem na memória todos os parâmetros que ajustou.

- Nunca junte uma pilha nova a uma pilha velha.
- O seu aparelho SUNSHINE® precisa de 3 pilhas LR3 AAA (não fornecidas).
- Utilize somente pilhas LR3 AAA.

- Quando mudar as pilhas, respeite o sentido indicado no compartimento das pilhas (desenho):



- Retire as pilhas quando estiverem gastas ou se prever que não irá utilizar o aparelho por um longo período de tempo.

14–Manutenção

PT

- O seu aparelho necessita de muito pouca manutenção. Pode limpá-lo com a ajuda de um pano seco ou ligeiramente humedecido.
- Seque devidamente as partes que acabou de limpar.
- Nunca mergulhe o seu aparelho em água.



15–Protecção do ambiente em primeiro lugar!



- ⓘ O seu aparelho contém materiais que podem ser recuperados ou reciclados.
- ➔ Entregue-o num ponto de recolha para possibilitar o seu tratamento.




16–No caso de problema







- O aparelho não funciona.
Verifique se a ficha está devidamente ligada à tomada de rede.
Verifique se a ficha funciona.
- O aparelho não toma em conta os meus ajustes => Desligue o aparelho retirando a ficha da tomada e, de seguida, ligue-o de novo. Pode recomeçar de seguida os seus ajustes.
- O alarme foi accionado, mas não ouvi som => A intensidade do som está provavelmente ajustada para 0 ou para um nível demasiado baixo. Consulte o ponto (b) do capítulo 3.
Ou, então, é possível que tenha desactivado o alarme. Para activá-lo, consulte o capítulo 5.
- O rádio não funciona ou emite ruídos => É possível que o fio da antena (27) não esteja devidamente desdobrado.
- O rádio programado para me despertar não funcionou => Desactive o alarme, ligue o rádio para verificar se funciona correctamente. Verifique também se o fio da antena (27) está devidamente desdobrado.
- A hora do seu simulador de amanhecer pisca. Ocorreu possivelmente uma falha de corrente e as pilhas estão provavelmente gastas => Verifique as pilhas e se necessário, mude-as.

=> « Tilpasset » vækning er valgt. Det tilsvarende symbol  forbliver tændt for at angive, at denne vækkefunktion er aktiveret for næste morgen. Tryk igen på tasten (9)  for at deaktivere denne funktion.

11-Snooze funktion SNOOZE ON/OFF (tast 23)




Apparatet har en « SNOOZE » tast SNOOZE ON/OFF (23) eller en « gentag » tast, som gør det muligt at gentage vækningen, hvis du ikke vil stå op med det samme.

- 1) Når vækningen starter, skal du trykke én gang på SNOOZE tasten: lyden vil gradvist blive svagere og vækningen starter igen 5 minutter senere.
 - 2) mellemtiden blinker det symbol  eller  eller , der svarer til den valgte vækning for at angive, at du er i Snooze funktion.
- Sådan slukker du fuldstændig for daggrysimulatoren = tryk i over 2 sekunder på Snooze tasten.
Nu er vækkeren slukket og starter igen automatisk næste morgen.



=> Symbolet  eller  eller , forbliver tændt for at angive, at vækningen er aktiveret for næste morgen. Hvis du ønsker at deaktivere vækningen for næste morgen, skal du blot trykke på den knap, der svarer til den valgte vækning  eller  eller . Symbolet slukker for at angive, at vækningen er deaktiveret.

12-Indstilling af SOFTSLEEP funktion (tast 10)

Indstilling af SOFTSLEEP funktion eller « solnedgang » :

- Tryk på tast (10)  : Kontrollampe (11), der svarer til varigheden 15 minutter, tænder.
Efter 5 sekunder starter « solnedgangen », som hjælper dig med at falde i søvn i løbet af 15 minutter.
- Hvis du ønsker en « solnedgang », der varer i 30 minutter, skal du trykke igen på tast (10)  : Kontrollampe (12) tænder.
Efter 5 sekunder starter « solnedgangen », som hjælper dig med at falde i søvn i løbet af 30 minutter.
- Hvis du ønsker en « solnedgang », der varer i 60 minutter, skal du trykke igen på tast (10)  : Kontrollampen (13) tænder.
Efter 5 sekunder starter « solnedgangen », som hjælper dig med at falde i søvn i løbet af 60 minutter.

TIL ENHVER TID

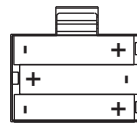
- SNOOZE ON/OFF tast (23) SNOOZE ON/OFF = for at tænde eller slukke for lyset
- Tast til indstilling af lyd (22)  = for at øge eller mindske lydens eller radioens styrke
- Tast til indstilling af lys (21)  = for at øge eller mindske lysstyrken
- For at høre radio: Tryk på tast (4) FM : Radioen tænder. For at slukke for radioen: Tryk på tast (4) FM: Radioen slukker.

13–Udskiftning af batterier

SUNSHINE® apparatet fungerer på el-net. De batterier, der er forudset plads til i din daggrysimulator, er en sikkerhed i tilfælde af strømsvigt for at bevare de indstillede parametre i hukommelsen.

- Brug aldrig et nyt batteri sammen med et gammelt batteri.
- SUNSHINE® apparatet fungerer med 3 batterier LR3 AAA (medfølger ikke).
- Brug kun LR3 AAA batterier.

- Når batterierne skiftes ud, skal den anførte polaritet i batterirummet overholdes (tegning):



- Tag batterierne ud, når de er tomme eller hvis apparatet ikke skal bruges i en længere periode.

14–Vedligeholdelse

- Apparatet kræver kun lidt vedligeholdelse. Du kan rengøre det med en tør eller let fugtet klud.
- Sørg for at tørre de netop rengjorte dele godt.
- Dyp aldrig apparatet ned i vand.

15–Vi skal alle være med til at beskytte miljøet!



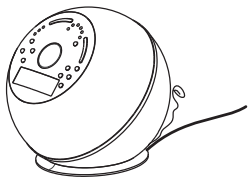
- ① Apparatet indeholder mange materialer der kan genvindes eller genbruges.
- ➔ Bring det til et specialiseret indsamlingssted eller til et autoriseret serviceværksted, når det ikke skal bruges mere.

DA

16–I tilfælde af problemer

- Apparatet fungerer ikke.
Kontroller at stikket er sat korrekt ind i stikkontakten.
Kontroller at stikkontakten er strømførende.
- Apparatet tager ikke hensyn til mine indstillinger => Tag apparatets stik ud af stikkontakten og sæt det i igen. Gentag derefter indstillingerne.
- Vækningen bliver startet, men jeg hører ingen lyd => lydstyrken er måske indstillet på 0 eller på et for lavt niveau. Se punkt (b) afsnit 3.
Eller du har måske deaktiveret vækning. Se afsnit 5 for at aktivere den.
- Radioen fungerer ikke eller den støjer => antenneledningen (27) er måske ikke rullet helt ud.
- Den programmerede radio til vækning fungerer ikke => Deaktiver vækningen, tænd for radioen for at kontrollere, om den fungerer korrekt. Kontroller også, at antenneledningen (27) er rullet helt ud.
- Klokkelættet på daggrysimulatoren blinker. Der har måske været strømsvigt og batterierne er måske tomme => Kontroller batterierne og skift dem ud, hvis det er nødvendigt.

SNABBINSTÄLLNING

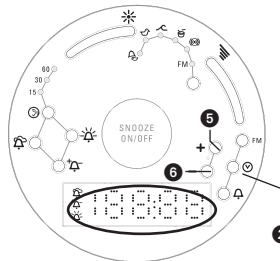


1 Installation

- placera apparaten på sängbordet
- anslut stickkontakten till ett eluttag.

För att komma igång räcker det med att endast ställa in tid och alarm.

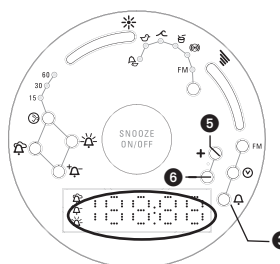
2 Inställning av tiden



- Tryck en gång på knappen (2) : timmarnas siffror blinkar.
- Tryck på knapparna + eller - (5 eller 6) för att rulla fram timmarna.
- Tryck återigen på knappen (2) för att fastställa timmarna och gå vidare för att ställa in minuterna
- minuternas siffror blinkar
- tryck därefter på knapparna + eller - (5 eller 6) för att rulla fram minuterna.
- Tryck på knappen (2) för att fastställa minuterna.

Tiden är nu inställd.

3 Inställning av alarmtiden



- Tryck en gång på knappen (3) : timmarnas siffror blinkar.
- tryck därefter på knapparna + eller - (5 eller 6) för att rulla fram timmarna.
- Tryck återigen på knappen (3) för att fastställa timmarna.
- minuternas siffror blinkar
- tryck därefter på knapparna + eller - (5 eller 6) för att rulla fram minuterna.
- tryck återigen på knappen (3) för att fastställa minuterna.

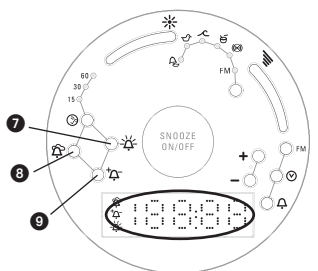
Alarmtiden är nu inställd.

4 Inställning av alarmtyp

Inställning av väckningstyp:

Du kan nu välja typ av väckning: tryck på önskad knapp:

- Knapp (7) = stimulerande väckning
- Knapp (8) = lugn väckning
- Knapp (9) = personlig väckning (se bruksanvisning)



5 Val av program:

- När du väljer programmet: Lugn väckning vaknar du av ett ljus som successivt ökar i intensitet under 45 minuter, följt av ett mjukt ljud: klockspel i vinden, fågelsång...
- När du väljer programmet: Stimulerande väckning vaknar du av ett ljus som successivt ökar i intensitet under 15 minuter, följt av ett stimulerande ljud: slagverk eller Tibetansk gong.
- När du väljer programmet: Personlig väckning vaknar du precis som du själv vill med ett ljus som successivt ökar i intensitet under 15, 30 eller 45 minuter, följt av ett ljud som du valt eller radion.

För mer information om inställningarna, se bruksanvisningen rubrikerna 8, 9 och 10.

INTRODUKTION / PRESENTATION AV GRYNINGSSIMULATORN

Tack för att du köpt **Sunshine®**, ROWENTAS gryningssimulator som utvecklats för att hjälpa dig att vakna lättare tack vare ett ljus som successivt ökar i styrka, samt lugna eller stimulerande ljud.

Ljusets inverkan på kroppen

Ljuset är vitalt för människan. Det påverkar vår inre klocka som är baserad på en regelbunden rytm av dag och natt. Morgonljuset startar vår inre klocka naturligt genom att stimulera utsöndringen av kortisol, hormonet som väcker och ger energi. På kvällen när dagsljuset försvinner börjar kroppen producera melatonin, ett hormon som förbereder sömnen. Därför är det viktigt att kroppen får rätt signaler för dag och natt vid rätt tidpunkt eftersom en dålig synkronisering stör rytmen sömn-vaken och gör att vi saknar energi och får svårt att sova.

Sunshine® sprider varje morgon ett färgat ljus som återskapar en verklig rödorange "soluppgång" som ger kropp och själ energi.

HUR FUNGERAR GRYNINGSSIMULATORN?

Sunshine@s effekt:

ROWENTAS **Sunshine®** väcker dig lugnt genom att simulera en naturlig soluppgång: ljusets intensitet ökar successivt och fångas av ögonen som signalerar till kroppen att det är dags att utsöndra kortisol. Kroppstemperaturen börjar då stiga inför dagen och uppvaknandet sker lugnt och naturligt.

Var och en har en individuell känslighet för ljuset och därför kan du ställa in **Sunshine@s** ljusintensitet enligt ditt behov och börja dagen utvilad och full av energi.

Sunshine® hjälper dig också att somna. Tack vare soft sleep funktionen kan du ställa in ljusets intensitet så att det successivt minskar för att somna behagligt.

SV

1-BESKRIVNING

- | | |
|--|--|
| 1 - Digital tidsdisplay | 18 - Ljud "Tibetansk gong" för stimulerande väckning |
| 2 - Inställning av tiden | 19 - Radio |
| 3 - Inställning av alarmtid | 20 - Knapp för val av ljud |
| 4 - Inställning av radio | 21 - Inställningsknapp ljudets intensitet + eller - |
| 5 - 6 : inställningsknappar + och - | 22 - Inställningsknapp ljudets volym + eller - |
| 7 - Inställning stimulerande väckning | 23 - Snooze-funktion och on/off |
| 8 - Inställning lugn väckning | 24 - Symbol stimulerande väckning |
| 9 - Inställning personlig väckning | 25 - Symbol lugn väckning |
| 10 - Soft sleep funktion | 26 - Symbol personlig väckning |
| 11 - Programmering 15 minuter | 27 - Antennsladd |
| 12 - Programmering 30 minuter | 28 - Sladd |
| 13 - Programmering 60 minuter | 29 - Bas |
| 14 - Ljud "klockspel i vinden" för lugn väckning | 30 - Batterifack |
| 15 - Ljud "fågelsång" för lugn väckning | 31 - Högtalare |
| 16 - Ljud "hav och vågor" för lugn väckning | |
| 17 - Ljud "slagverk" för stimulerande väckning | |

För att få bäst resultat av SUNSHINE® gryningsimulator, läs bruksanvisningen och säkerhetsanvisningarna noggrant före den första användningen.

2-SÄKERHETSANVISNINGAR

Apparatens säkerhet uppfyller gällande bestämmelser och standarder (lågspänningsdirektiv, elektromagnetisk kompatibilitet, miljö...).

- Denna apparat är inte avsedd att användas av personer (inklusive barn) som inte klarar av att hantera elektrisk utrustning. Barn måste övervakas av en vuxen för att säkerställa att barnen inte leker med apparaten.
- Kontrollera att nätspänningen överensstämmer med den som anges på apparaten. All felanslutning kan orsaka irreparabla skador och gör att garantin inte gäller.
- Använd inte apparaten och kontakta en auktoriserad serviceverkstad om: den har fallit, den har funktionsstörningar.
- Viktigt: doppa inte ner apparaten i vatten eller under rinnande vatten.
- Placera inte apparaten under en längre tid i en temperatur lägre än 0 °C och högre än 35 °C (t.ex. i ett fönster i starkt solsken).
- Placera sladden, apparaten och tillbehören på avstånd ifrån värmekällor.
- Använd aldrig apparaten om den har funktionsstörningar, om den har fallit (osynliga skador kan medföra fara för din säkerhet).
- Användningsråden ges upplysningsvis och ROWENTA ansvarar inte för ett resultat som inte motsvarar användarens önsknings.
- För alla funktionsfel, se rubriken "vid problem" eller kontakta vårt serviceställe eller din återförsäljare.






VARNING: Batterierna som sitter i apparaten får inte utsättas för alltför stark värme som direkt solljus, eld eller liknande. Nätkontakten används för att koppla ur enheten och måste alltid vara lätt att komma åt. Om nätkabeln är skadad måste den bytas ut av tillverkaren, tillverkarens tjänsterepresentanter eller liknande kvalificerad person för att undvika alla risker.

GARANTI: Apparaten är endast avsedd för hemmabruk. Den kan inte användas i yrkesmässigt syfte. Garantin gäller inte vid felaktig användning.

3–Gryningssimulators funktioner



a) Ljud och FM radio

Gryningssimulatore erbjuder 5 ljud samt radio för att vakna och/eller somna:

- 1 - Klockspel i vinden (14)  (lugn väckning)
- 2 - Fågelsång (15)  (lugn väckning)
- 3 - Hav och vågor (16)  (lugn väckning)
- 4 - Slagverk (17)  (stimulerande väckning)
- 5 - Tibetansk gong (18)  (stimulerande väckning)
- 6 - Radio (19) FM

⇒ Se punkterna 8, 9, 10 för inställning av de olika ljuden enligt val av väckning.

b) Ljudvolym och ljusintensitet (knapparna 21-22)

- Inställningsknapp för ljuset med +/- (21)  = för att öka eller minska ljusets intensitet.
- Inställningsknapp för ljudet med +/- (22)  = för att höja eller sänka ljudens volym eller radion.

4-ANVÄNDNING

Före den första användningen

- 1 - Placera apparaten på en plan och stabil yta i närheten av sängen, t.ex. sängbord.
- 2 - Anslut sladden till ett eluttag:
 - > tidssiffrorna visas (00:00) och blinkar
- 3 - Nu kan du ställa in tiden. Se punkt 5- Inställning av tiden.

VIKTIGT!

Om du tycker att ljuset är för starkt för väckning, minska ljusets intensitet genom att se punkt (b) rubrik 3.

5-Inställning av tiden 12:34 (knapp 2) ☺

När du ansluter gryningssimulatore visas tidssiffrorna (00:00) och blinkar.

Inställning av timmar:

- Tryck på knappen (2) ☺ : timmarnas siffror blinkar
- tryck därefter på knapparna + eller - (5 eller 6) för att rulla fram timmarna.
- tryck återigen på knappen (2) ☺ för att fastställa timmarna och gå vidare för att ställa in minuterna
- minuternas siffror blinkar
- tryck därefter på knapparna + eller - (5 eller 6) för att rulla fram minuterna.
- tryck återigen på knappen (2) ☺ för att fastställa minuterna. .

Tiden är nu inställd.




om du trycker i mer än 2 sekunder på knapparna 5 eller 6, rullas siffrorna fram mycket snabbt.

6-Inställning av alarmtiden 06:18 (knapp 3) 🔔

Inställning av väckningstiden:

- Tryck en gång på knappen (3) 🔔 : timmarnas siffror blinkar
- tryck därefter på knapparna + eller - (5 eller 6) för att rulla fram timmarna.
- tryck återigen på knappen (3) 🔔 för att fastställa timmarna.

- minuternas siffror blinkar
- tryck därefter på knapparna + eller - (5 eller 6) för att rulla fram minuterna.
- tryck återigen på knappen (3)  för att fastställa minuterna.




Alarmtiden är nu inställd



om du trycker i mer än 2 sekunder på knapparna 5 eller 6, rullas siffrorna fram mycket snabbt.


Inställning av väckningstyp:

Du kan nu välja typ av väckning: tryck på önskad knapp:

- Knapp (7)  = stimulerande väckning
- Knapp (8)  = lugn väckning
- Knapp (9)  = personlig väckning

⇒ För en komplett inställning av väckningstyp, se sedan punkterna 8 -9 och 10



om du därefter önskar byta ljud utan att väcka din partner, kan du navigera mellan ljuden med hjälp av knappen (20) . Den sist valda ljudsymbolen förblir tänd utan att avge ljud. Efter 7 sekunder är den vald.

7-Inställning av FM radion (knapp 4)

Du kan när som helst lyssna på gryningssimulatorns radio.

Tryck en gång på knappen (4) FM: radion sätts på.

För att stänga av radion: tryck en gång på knappen (4) FM: radion stängs av.


1) Inställning av radiostationen:

- Tryck på knappen (4) FM. Radiofrekvensen visas istället för tidssiffrorna.
- Tryck på knapparna + eller - (5 eller 6) för att hitta önskad radiofrekvens. När stationen är inställd slutar frekvensen att blinka efter 5 sekunder.
Radiostationen är vald.
Tiden visas återigen i displayen.
- Tryck på knappen (4) FM för att stänga av radion.



om du trycker i mer än 2 sekunder på knapparna 5 eller 6, rullas stationerna fram mycket snabbt.

2) Inställning av radions volym:

- Tryck på inställningsknappen för ljudvolymen + eller -  (22) för att höja eller sänka ljudet.

Introduktion av "Sunshine®" gryningssimulatorns 3 typer av väckning och Softsleep:

Sunshine® gryningssimulator har 3 olika typer av väckning: lugn väckning, stimulerande väckning, och personlig väckning, som förklaras ingående under rubrikerna 8, 9 och 10.

1) LUGN väckning



45 minuter

Läget "lugn" väcker dig med ett mjukt ljus i gul-orange toner. Soluppgången sker under 45 minuter, ända tills tidpunkten då du vill vakna, följd av en mjuk musik som sprider "zen energi" för att börja dagen utvilad och avslappnad.

2) STIMULERANDE väckning 

15 minuter

Läget "stimulerande" väcker dig med ett uppiggande ljus i toner från röd-orange till ljusgul. Soluppgången varar i 15 minuter, ända tills tidpunkten då du vill vakna, följt av en stimulerande musik för att börja dagen positivt och full av energi.

3) PERSONLIG väckning 

15 - 30 - 45

I detta läge kan soluppgången samt musiken anpassas precis som du själv vill och har lust, med en soluppgång som varar 15, 30 eller 45 minuter.




- SOFTSLEEP funktion: 

15 - 30 - 60

Tack vare soft sleep funktionen kan du ställa in gryningssimulatorens på kvällen så att ljusets intensitet gradvis minskar (under 15, 30 eller 60 minuter) för att somna behagligt.





8-Inställning av LUGN väckning  (knapp 8)


I detta läge har du möjlighet att välja 3 lugnande ljud:



- (14) -  Klockspel i vinden
- (15) -  Fågelsång
- (16) -  Hav och vågor

Gör så här:

1 - Tryck i mer än 2 sekunder på knappen (8) .



2 - Du kan därefter navigera mellan de olika blinkande symbolerna som motsvarar ljuden: (14) , (15)  och (16)  med hjälp av knappen (20) . Du hör då de olika ljuden under några sekunder.

3 - När du har valt önskat ljud, bekräfta med knappen (8) . Om du inte trycker mer, så väljs ljudet efter 7 sekunder. Motsvarande symbol förblir tänd för att visa att ljudet är aktiverat.

=> **Läge "lugn" väckning är valt. Motsvarande symbol  förblir tänd för att visa att denna typ av väckning är aktiverad till nästa morgon. För att avaktivera detta läge, tryck återigen på knappen (8) .**

9-Inställning av STIMULERANDE väckning  (knapp 7)

I detta läge har du möjlighet att välja 2 uppiggande ljud:

- (17) -  Slagverk
- (18) -  Tibetansk gong

Gör så här:

1 - Tryck i mer än 2 sekunder på knappen (7) .

2 - Du kan därefter navigera mellan de olika blinkande symbolerna som motsvarar ljuden: (17)  och (18)

- ☉ med hjälp av knappen (20) . Du hör då de olika ljuden under några sekunder.
- 3 - När du har valt önskat ljud, bekräfta med knappen (7) . Om du inte trycker mer, så väljs ljudet efter 7 sekunder. Motsvarande symbol förblir tänd för att visa att ljudet är aktiverat.
- => Läge "stimulerande" väckning är valt. Motsvarande symbol förblir tänd för att visa att denna typ av väckning är aktiverad till nästa morgon. För att avaktivera detta läge, tryck återigen på knappen (7) .

10-Inställning av PERSONLIG väckning (knapp 9)

I detta läge har du möjlighet att ställa in precis som du själv vill:

- 1 - Val av 5 ljud, radio eller endast ljus.
- 2 - Inställning av ljudets volym
- 3 - Inställning av ljusets intensitet
- 4 - Inställning av hur länge ljusets styrka ska öka (15, 30 eller 45 min)

Gör så här:

Etapp 1: Välj mellan 5 ljud, radio eller endast ljus.

Tryck i mer än 2 sekunder på knappen (9) . Alla kontrolllamporna som motsvarar ljud blinkar.

- Med hjälp av knappen (20) kan du därefter navigera mellan de olika blinkande kontrolllamporna som motsvarar ljuden: (14) (15) (16) (17) (18) och FM. Du hör då de olika ljuden under några sekunder.
- Om du har valt radion för att vakna: du kan ändra den inställda stationen genom att trycka på knapparna + /- (5) och (6).
- När du valt önskat ljud eller radiostation, bekräfta med knappen (9) . Om du inte trycker mer, så väljs ljudet efter 7 sekunder. Motsvarande symbol förblir tänd för att visa att ljudet är aktiverat.

Etapp 2: Inställning av ljudets volym:

- Tryck på inställningsknappen för ljudets volym + / - (22) för att höja eller sänka ljudet. När du har valt, tryck på knappen (9) . **Volymen är då vald för nästa väckning.**



om du inte önskar vakna av ett ljud men endast av ljuset: välj volym 0 med hjälp av knappen (22) .



Etapp 3: Inställning av ljusets intensitet:

- Tryck på inställningsknappen för ljusets intensitet + / - (21) för att öka eller minska ljusets intensitet. När du har valt, tryck på . Intensiteten är då vald för nästa väckning.

VIKTIGT: gryningssimulators ljusintensitet visas från 0 – 10 i displayen. När siffran 0 valts är ljuset släckt. I början är det kanske inte lätt att göra ett perfekt val av ljusets intensitet. Försök att föreställa dig att det är denna intensitet som kommer att väcka dig på morgonen. Om du är tveksam, välj 5 som är en medelstark intensitet. Du kan när som helst ändra ditt val genom att följa instruktionerna i punkt (b) rubrik 3.




Etapp 4: Inställning av hur länge ljusets styrka ska öka (15, 30 eller 45 min):

- tiden i displayen ersätts då av en siffra som visar hur länge ljusets styrka ska öka: 15, 30 eller 45 minuter. Siffran blinkar. Välj genom att trycka på knapparna + eller - (5) eller (6). Tryck återigen på knappen (9) , nu har du valt hur länge ljusets styrka ska öka.







=> Läge "personlig" väckning är valt. Motsvarande symbol  förblir tänd för att visa att denna typ av väckning är aktiverad till nästa morgon. För att avaktivera detta läge, tryck återigen på knappen (9) .

11-Snooze-funktion SNOOZE ON/OFF (knapp 23)

Apparaten har en "SNOOZE" knapp SNOOZE ON/OFF (23) eller "upprepning", vilket gör att du kan upprepa alarmet om du inte önskar stiga upp omedelbart.




- 1) När alarmet startar tryck en gång på knappen SNOOZE: ljudet sänks successivt och alarmet startar återigen 5 minuter senare.
- 2) Under tiden blinkar kontrollsymbolerna  eller  eller , som motsvarar den valda väckningen för att visa att **Snooze-funktionen** är aktiv.

- För att **definitivt stänga av** gryningssimulatorn = tryck i mer än 2 sekunder på Snooze-knappen. Väckningen har då stängts av och **aktiveras återigen automatiskt** nästa morgon.

=> **Kontrollsymbolen**  eller  eller , förblir tänd för att visa att alarmet är aktiverat till nästa morgon. Om du önskar avaktivera alarmet till nästa morgon, tryck helt enkelt på knappen som motsvarar den valda typen av väckning  eller  eller . Kontrollsymbolen släcks för att visa att alarmet är avaktiverat.



12-Inställning av SOFTSLEEP funktionen (knapp 10)

Inställning av SOFTSLEEP funktionen eller "solnedgång":

- Tryck på knappen (10)  : kontrollampen (11), motsvarande 15 minuter tänds. Efter 5 sekunder, börjar "solnedgången", som varar i 15 minuter för att somna behagligt.
- Om du önskar en "solnedgång" som varar i 30 minuter, tryck återigen på knappen (10)  : kontrollampen (12) tänds. Efter 5 sekunder, börjar "solnedgången", som varar i 30 minuter för att somna behagligt.
- Om du önskar en "solnedgång" som varar i 60 minuter, tryck återigen på knappen (10)  : kontrollampen (13) tänds. Efter 5 sekunder, börjar "solnedgången", som varar i 60 minuter för att somna behagligt.

SV

NÄR SOM HELST

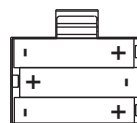
- Knapp SNOOZE ON/OFF (23) SNOOZE ON/OFF = för att tända eller släcka ljuset
- - Inställning av ljudet (22)  = för att höja eller sänka ljudvolymen eller radion
- Inställning av ljusets intensitet (21)  = för att öka eller minska ljusets intensitet
- För att lyssna på radion: tryck på knappen (4) FM : radion sätts på. För att stänga av radion: tryck på knappen (4) FM: radion stängs av.

13–Batteribyte

SUNSHINE® ansluts till ett eluttag men grynningssimulatorens batterier har även batterier för säkerhets skull, i händelse av strömavbrott, för att bevara samtliga inställningar.

- Blanda aldrig ett nytt och ett gammalt batteri.
- SUNSHINE® behöver 3 batterier LR3 AAA (bifogas ej).
- Använd endast LR3 AAA batterier.

- När du byter batterierna, var noga med att sätta i polerna i rätt riktning i batterifacket (bild):



- Ta ut tomma batterier eller om du inte tänker använda apparaten under en längre tid.

14–Underhåll

- Apparaten behöver endast föga underhåll. Du kan rengöra den med hjälp av en torr eller lätt fuktad trasa.
- Var noga med att torka delarna som du rengjort.
- Doppa aldrig ner apparaten i vatten.

15–Var rädd om miljön!

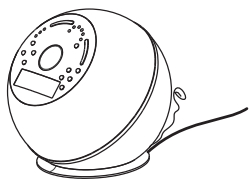


- ① Din apparat innehåller olika material som kan återanvändas eller återvinnas.
- ➔ Lämna den på en återvinningsstation eller på en auktoriserad serviceverkstad för omhändertagande och behandling.

16–Vid problem

- Apparaten fungerar inte.
Kontrollera att stickkontakten är ansluten till ett eluttag.
Kontrollera att eluttaget fungerar.
- Apparaten går inte att ställa in => Dra ut stickkontakten från eluttaget och sätt i den igen. Börja därefter om inställningarna.
- Alarmet startade men jag hörde det inte => Ljudvolymen är kanske inställd på 0, eller för låg. Se punkt (b) rubrik 3.
Eller så har du kanske avaktiverat alarmet. För att aktivera det, se rubrik 5.
- Radion fungerar inte eller knastrar => antensladden (27) är kanske inte ordentligt utrullad.
- Den programmerade radiostationen för att väcka mig fungerade inte => Avaktivera alarmet, sätt på radion för att kontrollera att den fungerar rätt. Kontrollera även att antensladden (27) är ordentligt utrullad.
- Grynningssimulatorens tid blinkar. Ett strömavbrott har kanske inträffat och batterierna är utslitna. Kontrollera batterierna och byt vid behov.

RASK INNSTILLING

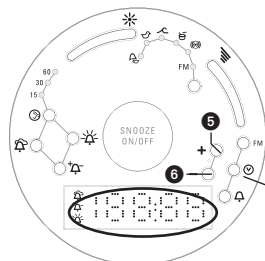


1 Installasjon

- sett apparatet på nattbordet
- sett i kontakten

Til å begynne med kan du innstille klokkeslett og alarm.

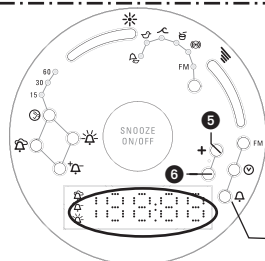
2 Innstilling av klokkeslett



- Trykk en gang på knapp (2) : Timetallet blinker.
- Trykk på knappene + eller - (5 eller 6) for å oppnå et større eller mindre tall.
- Trykk på knapp(2) igjen for å velge timetallet som står på skjermen, og gå over til å stille inn minuttene.
- Minuttallet blinker
- Trykk så på knappene + eller - (5 eller 6) for å oppnå et større eller mindre tall.
- Trykk på knappen (2) igjen for å velge minuttet som vises på skjermen.

Nå er klokkeslettet innstilt..

3 Innstilling av alarm

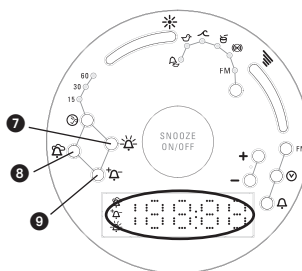


- Trykk en gang på knapp (3) : Timetallet blinker.
- Trykk så på knappene + eller - (5 eller 6) for å oppnå et større eller mindre tall.
- Trykk på knapp (3) igjen for å velge timen som vises på skjermen.
- Minuttallet blinker
- Trykk så på knappene + eller - (5 eller 6) for å oppnå et større eller mindre tall.
- Trykk på knapp (3) igjen for å velge minuttet som vises på skjermen.

Nå er klokkeslettet for alarmen innstilt.

NO

4 Innstilling av alarmtype



Innstilling av alarmtype:

Nå kan du velge alarmtype: Trykk på ønsket knapp:

- Knapp (7) = innstilling av energisk vekking
- Knapp (8) = innstilling av rolig vekking
- Knapp (9) = innstilling av egendefinert vekking (bruksanvisning)

5 Valg av programmer:

- Når du velger programmet: Rolig vekking vil du vekkes med et gradvis sterkere lys i 45 minutter, etterfulgt av en rolig lyd: klokkespill i vinden, fuglesang ...
- Når du velger programmet: Energisk vekking vil du vekkes med et gradvis sterkere lys i 15 minutter, etterfulgt av en energisk lyd: trommer eller tibetansk gong.
- Når du velger programmet: Egendefinert vekking vil du vekkes avhengig av humøret med et gradvis sterkere lys i 15, 30 eller 45 minutter, etterfulgt av den lyden du ønsker eller av radioen.

Se kapittel 8, 9 og 10 i bruksanvisningen for å foreta innstillingene.

INNLEDNING/PRESENTASJON AV MORGENSIMULATOREN

Takk for å ha kjøpt **Sunshine®**, morgensimulatoren fra ROWENTA, som er et hjelpemiddel for å våkne lettere ved hjelp av et gradvis sterkere lys samt rolige eller energiske lyder.

Lysets effekt på organismen.

Lys er livsviktig for mennesket. Den virker inn på vår interne klokke som er basert på den regelmessige rytmen mellom dag og natt. Faktisk setter morgenlyset helt naturlig i gang vår interne klokke ved å stimulere utsondringen av kortisol, som er hormonet for våken tilstand og energi. Når lyset forsvinner om kvelden, signaliserer det til kroppen at det er på tide å produsere melatonin, et søvnhormon. Derfor er det viktig at kroppen vår registrerer dag og natt til riktig tidspunkt. En dårlig synkronisering av natt og dag forstyrrer døgnrytmen vår, og utsetter oss for energimangel og søvnevansker.

Sunshine® utstråler hver morgen et farget lys som gjenskaper effekten av en rødoransje.

SLIK FUNGERER MORGENSIMULATOREN.

Effekten av Sunshine®:

Sunshine® fra ROWENTA vekker deg på en mild måte ved å simulere en naturlig daggry. Det gradvis sterkere lyset fanges opp av øynene, og gir kroppen beskjed om at det er på tide å utsondre kortisol. Kroppstemperaturen begynner da å stige, og du våkner på en behagelig og naturlig måte.

Vi har alle vår egen følsomhet overfor lyset. Derfor kan du innstille lysstyrken på **Sunshine®** avhengig av dine behov, og begynne dagen uthvilt og full av energi.

Sunshine® har også tenkt på hvordan du sovner. Den har en soft sleep-funksjon som du kan stille inn om kvelden slik at lyset slukkes gradvis og du sovner litt etter litt.

1-BESKRIVELSE

- | | |
|--|---|
| 1 – Digital visning av klokkeslett | 18 – Lyd for energisk vekking: "tibetansk gong" |
| 2 – Innstilling av klokkeslett | 19 – Radio |
| 3 – Innstilling av alarm | 20 – Knapp for lydvalg |
| 4 – Innstilling av radio | 21 – Knapp for innstilling av lysstyrke + eller – |
| 5 – 6 : innstillingsknapper + og – | 22 – Knapp for innstilling av lydstyrke + eller – |
| 7 – Innstilling av energisk vekking | 23 – Funksjonen snooze og on/off |
| 8 – Innstilling av rolig vekking | 24 – Symbol for energisk vekking |
| 9 – Innstilling av egendefinert vekking | 25 – Symbol for rolig vekking |
| 10 – Innstilling av funksjonen soft sleep | 26 – Symbol for egendefinert vekking |
| 11 – Programmering 15 minutter | 27 – Antenneledning |
| 12 – Programmering 30 minutter | 28 – Strømledning |
| 13 – Programmering 60 minutter | 29 – Sokkel |
| 14 – Lyd for rolig vekking: "klokkespill i vinden" | 30 – Batterilokk |
| 15 – Lyd for rolig vekking: "fuglesang" | 31 – Høytaler |
| 16 – Lyd for rolig vekking: "hav og bølger" | |
| 17 – Lyd for energisk vekking: "trommer" | |

For at du skal bli mest mulig fornøyd med morgensimulatoren SUNSHINE®, bør du lese bruksanvisningen og sikkerhetsrådene nøye før du tar apparatet i bruk.

2-SIKKERHETSINSTRUKSJONER

Av hensyn til din sikkerhet er dette apparatet i samsvar med gjeldende standarder og forskrifter (lavspenningsdirektiver, elektromagnetisk kompatibilitet, miljø ...).

- Dette apparatet er ikke ment for personer (inkl. barn) med nedsatte fysiske, sensoriske eller psykiske evner, eller uerfarne personer, med mindre de får tilsyn eller forhåndsinstruksjoner om anvendelsen av apparatet fra en person med ansvar for deres sikkerhet. Barn skal holdes under oppsyn for å sikre at de ikke bruker apparatet til lek.
- Kontroller at nettspenningen stemmer overens med apparatets spenning. Enhver tilkoblingsfeil kan forårsake varige skader som ikke dekkes av garantien.
- Ikke bruk apparatet, og kontakt et godkjent servicesenter hvis: apparatet har falt eller ikke fungerer normalt.
- Viktig: Apparatet skal ikke dyppes ned i vann eller holdes under rennende vann.
- Ikke la apparatet være utsatt i lengre tid for temperaturer under 0 °C og over 35 °C (f.eks. bak et vindu i sterk sol).
- Hold ledningen, apparatet og tilbehør på avstand fra varmekilder.
- Bruk aldri apparatet hvis det fungerer unormalt eller etter at det har falt (usynlige skader kan være skadelig for din sikkerhet).
- Bruksrådene er gitt til informasjon og forplikter ikke ROWENTA hvis resultatet ikke stemmer overens med brukerens ønsker.
- Hvis apparatet skulle få en funksjonsfeil, se avsnittet "feilsøking" eller kontakt vårt kundesenter eller din forhandler.

VARSEL: De installerte batteriene skal ikke utsettes for ekstrem varme, f.eks. direkte sollys, flammer e.l. Stikkontakten brukes til å frakoble apparatet, og skal alltid være tilgjengelig for bruk. Hvis strømledningen er skadet, må den erstattes av produsenten, dens servicepartner eller en person med lignende kvalifikasjoner for å unngå fare.






GARANTI: Dette apparatet er kun beregnet til privat bruk i hjemmet. Det kan ikke brukes til næringsformål. Garantien faller bort ved uriktig bruk.

NO

3–Morgensimulatorens programmer



a) Lyd og FM-radio

Morgensimulatoren kan vekke deg og/eller hjelpe deg med å sovne med 5 lyder eller radio:

- 1 - Klokkespill i vinden (14)  (rolig vekking)
- 2 - Fuglesang (15)  (rolig vekking)
- 3 - Hav og bølger (16)  (rolig vekking)
- 4 - Trommer (17)  (energisk vekking)
- 5 - Tibetansk gong (18)  (energisk vekking)
- 6 - Radio (19) FM

⇒ Se punkt 8, 9, 10 for å innstille forskjellige vekkelyder etter eget ønske.

b) Lyd- og lysstyrke (knapper 21–22)

- Knapp for innstilling av lysstyrken med +/- (21)  = for å øke eller senke lysstyrken.
- Knapp for innstilling av lydstyrken med +/- (22)  = for å øke eller senke styrken på lyden eller radioen.

4–BRUK

Før du tar i bruk apparatet




- 1 - Sett apparatet på en jevn og stabil overflate nær sengen din, f.eks. på nattbordet.
- 2 - Sett i kontakten:
 - Tallene og klokkeslettet viser (00:00) og blinker
- 3 - Nå kan du stille inn klokkeslettet. Se punkt 5–Innstilling av klokkeslett.

VIKTIG!

Hvis du mener at lyset som vekker deg, er for sterkt, kan du senke lysstyrken. Se punkt (b) i kapittel 3.

5–Innstilling av klokkeslett 12:34 (knapp 2)

Når du kobler til morgensimulatoren, viser den tallene (00:00) som blinker.




- Trykk på knapp (2)  : Timetallet blinker.
- Trykk så på knappene + eller - (5 eller 6) for å oppnå et større eller mindre tall.
- Trykk på knapp (2)  igjen for å velge timen som vises på skjermen, og gå over til å stille inn minuttene.
- Minuttallet blinker
- Trykk så på knappene + eller - (5 eller 6) for å oppnå et større eller mindre tall.
- Trykk på knapp (2)  igjen for å velge minuttet som vises på skjermen.

Nå er klokkeslettet innstilt.



hvis du trykker over 2 sekunder på knapp 5 eller 6, går tallene mye raskere frem- eller bakover.

6–Innstilling av alarm 06:18 (knapp 3)

- Trykk en gang på knapp (3)  : Timetallet blinker
- Trykk så på knappene + eller - (5 eller 6) for å oppnå et større eller mindre tall.
- Trykk på knapp (3)  igjen for å velge timen som vises på skjermen.
- Minuttallet blinker
- Trykk så på knappene + eller - (5 eller 6) for å oppnå et større eller mindre tall.
- Trykk på knapp (3)  igjen for å velge minuttet som vises på skjermen.

Nå er klokkeslettet for alarmen innstilt.



hvis du trykker over 2 sekunder på knapp 5 eller 6, går tallene mye raskere frem- eller bakover.

Innstilling av alarmtype:

Slik velger du alarmtype: Trykk på ønsket knapp:

- Knapp (7) = innstilling av energisk vekking
- Knapp (8) = innstilling av rolig vekking
- Knapp (9) = innstilling av egendefinert vekking

⇒ Se punkter 8, 9 og 10 for en fullstendig innstilling av alarmmodus.



=> hvis du vil endre lyden uten å vekke din partner, kan du veksle mellom lydvalgene ved hjelp av knapp (20) . Det sist valgte lydsymbolet vil forbli aktivert uten å gi lyd. Det aktiveres etter 7 sekunder.

7-Innstilling av FM -radiostasjon (knapp 4)

Du kan når som helst høre på radioen på morgensimulatoren.

Da trykker du en gang på knapp (4) FM for å slå på radioen.

For å slå av radioen trykker du en gang på knapp (4) FM.

1) Innstilling av radiostasjon:

- Trykk på knapp (4) FM. Radiofrekvensen vises istedenfor klokkeslettet.
- Trykk på knappene + eller - (5 eller 6) for å finne ønsket radiofrekvens. Når stasjonen er innstilt etter 5 sekunder, **slutter frekvensen å blinke.**

Stasjonen er valgt.

Klokkeslettet kommer tilbake på skjermen.

- Trykk på knapp (4) FM for å slå av radioen.



hvis du trykker over 2 sekunder på knapp 5 eller 6, går tallene mye raskere frem- eller bakover.

NO

2) Innstilling av radiolyd:

- Trykk på innstillingsknappen for lydstyrke + eller - (22) for å øke eller senke lyden.

Presentasjon av de 3 vekkeprogrammene og Softsleep-funksjonen på morgensimulatoren "Sunshine®":

Morgensimulatoren Sunshine® tilbyr 3 ulike vekkeprogram: Rolid vekking, energisk vekking, egendefinert vekking. Disse funksjonene forklares nærmere i kapittel 8, 9 og 10.

1) ROLIG vekking



45 minutter

"Rolid vekking" vekker deg med et dempet, guloransje lys. Soloppgangen tar 45 minutter inntil du våkner. Deretter følger rolig musikk som lader deg opp med energi, og får deg til å føle deg uthvilt og avslappet.

2) ENERGISK vekking ☀

15 minutter

"Energisk vekking" vekker deg med et friskt, rødoransje til lysegult lys. Soloppgangen varer i 15 minutter inntil du våkner. Deretter følger energisk musikk for å starte dagen i en positiv stemning og full av energi.

3) EGENDEFINERT vekking ⚙

15 - 30 - 45

I denne modusen kan soloppgangen og de musikalske lydene justeres etter dagens humør, med en soloppgang på 15, 30 eller 45 minutter.

- SOFTSLEEP funksjon: ☾

15 - 30 - 60

Med softsleep-funksjonen kan du stille inn morgensimulatoren om kvelden slik at lyset slukkes gradvis (i løpet av 15, 30 eller 60 minutter) og du sovner litt etter litt.

8-Innstilling av ROLIG vekking 🛎 (knapp 8)

I denne vekkemodusen kan du velge mellom 3 rolige lyder:

(14) - 🎵 Klokkespill i vinden

(15) - 🐦 Fuglesang

(16) - 🌊 Hav og bølger

Fremgangsmåte:

1 - Trykk 2 sekunder på knapp (8) 🛎.

2 - Du kan deretter navigere mellom de ulike blinkende symbolene som fremstiller lydene: (14) 🎵, (15) 🐦 og (16) 🌊 ved hjelp av knapp (20) 🎵. Du vil høre de ulike lydene bli spilt i noen sekunder.

3 - Når du har funnet en lyd som passer, velger du den med knapp (8) 🛎. SHvis du ikke lenger trykker på en knapp, vil lyden velges etter 7 sekunder. Tilsvarende symbol forblir tent for å vise at lyden er aktivert.

=> "Rolig" vekking er valgt. Symbolet 🛎 er tent for å vise at denne vekkemodusen er aktivert for neste morgen. For å deaktivere denne modusen trykker du på nytt på knapp (8) 🛎.

9-Innstilling av ENERGISK vekking ☀ (knapp 7)

I denne vekkemodusen kan du velge mellom 2 energiske lyder:


(17) - 🥁 Trommer



(18) - 🎋 tibetansk gong

Fremgangsmåte:

1 - Trykk 2 sekunder på knapp (7) ☀.

2 - Du kan deretter navigere mellom de ulike blinkende symbolene som fremstiller lydene: (17) 🥁 og (18) 🎋 ved hjelp av knapp (20) 🎵. Du vil høre de ulike lydene bli spilt i noen sekunder.

3 - Når du har funnet en lyd som passer, velger du den med knapp (7) . Hvis du ikke lenger trykker på en knapp, vil lyden velges etter 7 sekunder. Tilsvarende symbol forblir tent for å vise at lyden er aktivert.

=> "Energisk" vekking er valgt. Symbolet  er tent for å vise at denne vekkemodusen er aktivert for neste morgen. For å deaktivere denne modusen trykker du på nytt på knapp (7) .


10 - Innstilling av EGENDEFINERT vekking (knapp 9)








I denne vekkemodusen kan du velge mellom alle innstillingene du ønsker:

- 1 - Valg mellom 5 lyder, radio eller kun lys
- 2 - Innstilling av lydstyrke
- 3 - Innstilling av lysstyrke
- 4 - Innstilling av varigheten av soloppgangen (15, 30 eller 45 min)

Fremgangsmåte:

Trinn 1: Valg mellom 5 lyder, radio eller kun lys.

Trykk 2 sekunder på knapp (9) . Alle de lysindikatorerne som tilsvare lydene, blinker.


- Ved hjelp av knapp (20)  kan du deretter navigere mellom de ulike blinkende symbolene som fremstiller lydene: (14)  (15)  (16)  (17)  (18)  og FM. Du vil høre de ulike lydene bli spilt i noen sekunder.
- Hvis du har valgt radioen til vekking, kan du endre stasjonen ved å trykke på knappene +/- (5) og (6).
- Når du har funnet lyden eller radiostasjonen som passer, velger du den med knapp (9) . Hvis du ikke lenger trykker på en knapp, vil valget bekrefte etter 7 sekunder. Tilsvarende symbol forblir tent for å vise at lyden er aktivert.

Trinn 2: Innstilling av lydstyrke:


- Trykk på innstillingsknappen for lydstyrke + / -  (22) for å øke eller senke lyden. Trykk på knappen (9)  når du har foretatt ditt valg. **Lydstyrken er da valgt for neste vekking.**

NO




Hvis du ikke vil vekkes av en lyd, men kun av lyset, velger du styrke 0 ved hjelp av knapp(22) .



Trinn 3: Innstilling av lysstyrke:

- Trykk på innstillingsknappen for lysstyrke +/-  (21) for å øke eller senke lyset. Trykk på knappen  når du har foretatt ditt valg. Lysstyrken er da valgt for neste vekking.

VIKTIG: Lysstyrken på morgensimulatoren vises på den digitale skjermen fra 0 til 10. Når tallet 0 velges, er lyset slått av. Ved de første innstillingene kan det være litt vanskelig å finne frem til den perfekte lysstyrken. Prøv å tenke deg at det er denne lysstyrken som vil vekke deg om morgenen. Hvis du er i tvil, bør du velge en gjennomsnittlig styrke på 5. Uansett kan du når som helst omgjøre valget ved å følge instruksjonene i punkt (b) i kapittel 3.




Trinn 4: Innstilling av varigheten av soloppgangen (15, 30 eller 45 min):

- IKlokkeslettet på den digitale skjermen byttes da ut med et tall som viser varigheten av soloppgangen: 15, 30 eller 45 minutter. Dette tallet blinker. For å velge et tall trykker du på knappene + eller - (5) eller (6). Trykk igjen på knapp (9) , Varigheten på soloppgangen er valgt.







=> "Egendefinert" vekking er valgt. Symbolet  forblir tent for å vise at denne vekkemodusen er aktivert for neste morgen. For å deaktivere denne modusen trykker du på nytt på knapp (9) .

11-Snooze-funksjon SNOOZE ON/OFF (knapp 23)

Apparatet har en SNOOZE-knapp SNOOZE ON/OFF (23) eller "gjentakelsesknapp" som du kan bruke til å sette i gang alarmen igjen hvis du ikke vil stå opp straks.




- 1) Når alarmen settes i gang, trykker du en gang på SNOOZE-knappen: Lyden senkes gradvis og alarmen starter opp igjen 5 minutter senere.
- 2) I løpet av denne perioden blinker lyssymbolet  eller  eller , som tilsvarer vekkemodusen som ble valgt. Dette viser at du er i **Snooze-modus**.

- Trykk 2 sekunder på Snooze-knappen for å **slå funksjonen helt av**. Vekkerklokken er da slått av og vil **automatisk reaktiveres** neste morgen.



=> Lyssymbolet  eller  eller , forblir tent for å vise at alarmen er aktivert for neste morgen. Hvis du ønsker å deaktivere alarmen for neste morgen, trykker du ganske enkelt på knappen som tilsvarer den valgte vekkemodusen:  eller  eller . Lyssymbolet vil slukkes for å vise at alarmen er deaktivert.

12-Innstilling av SOFTSLEEP-funksjonen (knapp 10)

Innstilling av SOFTSLEEP-funksjonen eller "solnedgang":

- Trykk på knapp (10)  : Indikatoren (11) som tilsvarer varigheten på 15 minutter, tennes. Etter 5 sekunder begynner "solnedgangseffekten" som vil vare i 15 minutter inntil du sovner.
- Hvis du ønsker at "solnedgangseffekten" skal vare i 30 minutter, trykker du på nytt på knapp (10)  : Indikatoren (12) tennes. Etter 5 sekunder begynner "solnedgangseffekten" som vil vare i 30 minutter inntil du sovner.
- Hvis du ønsker at "solnedgangseffekten" skal vare i 60 minutter, trykker du på nytt på knapp (10)  : Indikatoren (13) tennes. Etter 5 sekunder begynner "solnedgangseffekten" som vil vare i 60 minutter inntil du sovner.

DETTE KAN DU GJØRE NÅR SOM HELST

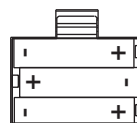
- SNOOZE-knapp ON/OFF (23) SNOOZE ON/OFF = for å tenne eller slukke lyset
- Innstillingsknapp for lydstyrke (22)  = for å øke eller senke lydstyrken eller volumet på radioen
- Innstillingsknapp for lysstyrke (21)  = for å øke eller senke lysstyrken
- For å høre på radioen trykker du på knapp (4) FM for å slå på radioen. Trykk på knapp (4) FM for å slå av radioen.

13–Bytte batterier

SUNSHINE® fungerer på strøm, men batterifunksjonen i morgensimulatoren er en sikkerhet ved strømbrudd slik at alle parameterne du har innstilt, opprettholdes.

- Bruk aldri et nytt og et gammelt batteri sammen.
- SUNSHINE® bruker 3 batterier av typen AAA LR3 (medfølger ikke).
- Bruk kun batterier av typen LR3 AAA.

- Når du skifter ut batteriene, må du sette dem i retningen angitt i batterirommet (illustrasjon):



- Ta ut batteriene når de er utladede eller hvis du regner med å ikke bruke apparatet i lang tid.

14–Vedlikehold

- Apparatet krever svært lite vedlikehold. Du kan rengjøre det med en tørr eller så vidt fuktig klut.
- Vær nøye med å tørke av de delene av apparatet du rengjør.
- Dypp aldri apparatet i vann.

15–Tenk miljøvern!



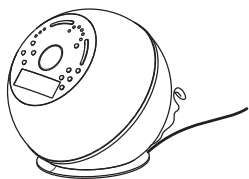
- ① Apparatet inneholder mange gjenvinnbare og resirkulerbare materialer.
- ➔ Ta det med til et oppsamlingssted eller et godkjent servicesenter slik at avfallet kan behandles.

16–Feilsøking Solution

NO

- Apparatet fungerer ikke.
Sjekk at kontakten er riktig tilkoblet strøm.
Sjekk at kontakten fungerer.
- Apparatet tar ikke hensyn til mine innstillinger => Ta støpselet ut av kontakten og sett det inn igjen. Deretter kan du foreta innstillingene på nytt.
- Alarmen fungerte, men jeg hørte ikke lyden => lydstyrken er kanskje innstilt på 0 eller et for lavt nivå. Se punkt (b) i kapittel 3.
Eller du har kanskje deaktivert alarmen. Se kapittel 5 for å aktivere den.
- Radioen fungerer ikke eller knitrer => antenneledningen (27) er kanskje ikke fullstendig utbrettet.
- Radioen som var programmert til å vekke meg, fungerte ikke => Deaktiver alarmen og slå på radioen for å sjekke om den fungerer korrekt. Sjekk også at antenneledningen (27) er fullstendig utbrettet.
- Klokkeslettet på morgensimulatoren blinker. Det har kanskje skjedd et strømbrudd og batteriene er kanskje utladede => Sjekk batteriene og bytt dem ut om nødvendig.

ΓΡΗΓΟΡΗ ΡΥΘΜΙΣΗ

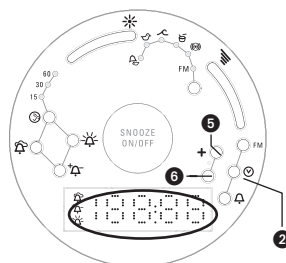


1 ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

- τοποθετήστε τη συσκευή στο κομοδίνο σας
- συνδέστε την πρίζα στο ρεύμα.

Για αρχή, αν θέλετε μπορείτε να ρυθμίσετε μόνο την ώρα και το ξυπνητήρι.

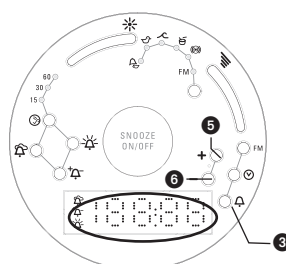
2 Ρύθμιση της ώρας



- Πατήστε μία φορά το κουμπί (2) ☑ : οι αριθμοί των λεπτών αναβοσβήνουν.
- Πατήστε το κουμπί + ή - (5 ή 6) για να μετακινηθείτε μεταξύ των ωρών.
- πατήστε πάλι το κουμπί (2) ☑ για να αποθηκευτεί η ώρα και προχωρήστε στη ρύθμιση των λεπτών
- οι αριθμοί των λεπτών αναβοσβήνουν
- στη συνέχεια πατήστε το κουμπί + ή - (5 ή 6) για να μετακινηθείτε μεταξύ των λεπτών.
- πατήστε το κουμπί 2 για να αποθηκευτούν τα λεπτά.

Η ρύθμιση της ώρας ολοκληρώθηκε..

3 Ρύθμιση της ώρας του ξυπνητηριού



- Πατήστε μία φορά το κουμπί (3) ⏰ : οι αριθμοί των λεπτών αναβοσβήνουν.
- στη συνέχεια πατήστε το κουμπί + ή - (5 ή 6) για να μετακινηθείτε μεταξύ των ωρών.
- πατήστε πάλι το κουμπί (3) ⏰ για να αποθηκευτεί η ώρα.
- οι αριθμοί των λεπτών αναβοσβήνουν στη συνέχεια πατήστε το κουμπί + ή - (5 ή 6) για να μετακινηθείτε μεταξύ των λεπτών.
- πατήστε πάλι το κουμπί (3) ⏰ για να αποθηκευτούν τα λεπτά.

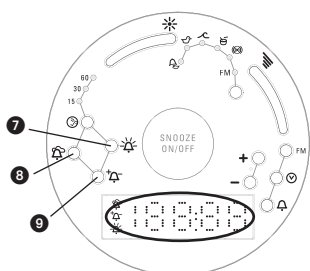
Η ρύθμιση της ώρας του ξυπνητηριού ολοκληρώθηκε.

4 Ρύθμιση του τύπου αφύπνισης

Ρύθμιση της λειτουργίας αφύπνισης:

Μπορείτε τώρα να επιλέξετε τον τύπο αφύπνισης που θέλετε: πρέπει απλώς να πατήσετε το κουμπί της επιλογής σας:

- Κουμπί (7) 📢 = ρύθμιση τονωτικής αφύπνισης
- Κουμπί (8) 📢 = ρύθμιση απαλής αφύπνισης
- Κουμπί (9) 📢 = ρύθμιση εξατομικευμένης αφύπνισης (εγχειρίδιο)



5 Επιλογή των προγραμμάτων:

- Εάν επιλέξετε το πρόγραμμα: Απαλή αφύπνιση 📢 θα σας ξυπνήσει ένας σταδιακός φωτισμός σε διάρκεια 45 λεπτών και στη συνέχεια ένας απαλός ήχος: καμπάνισμα στον άνεμο, κελαιδίσματα πουλιών ...
 - Εάν επιλέξετε το πρόγραμμα: Τονωτική αφύπνιση 📢 θα σας ξυπνήσει ένας σταδιακός φωτισμός σε διάρκεια 15 λεπτών και στη συνέχεια ένας τονωτικός ήχος: κρουστά ή θιβετιανό γκονγκ.
 - Εάν επιλέξετε το πρόγραμμα: Εξατομικευμένη αφύπνιση 📢 θα ξυπνήσετε ανάλογα με τη διάθεσή σας με έναν σταδιακό φωτισμό σε διάρκεια 15, 30 ή 45 λεπτών, και στη συνέχεια ένας ήχος της επιλογής σας ή το ραδιόφωνο.
- Για τις ρυθμίσεις, ανατρέξτε στο εγχειρίδιο κεφάλαια 8, 9 και 10.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ / ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΤΗ ΑΥΓΗΣ

Σας ευχαριστούμε που αγοράσατε το **Sunshine®**, τον προσομοιωτή αυγής της ROWENTA που έχει σχεδιαστεί να σας βοηθά να ξυπνάτε πιο εύκολα με τη βοήθεια ενός διαδοχικού φωτισμού, καθώς και απαλών ή τονωτικών θορύβων.

Ο ρόλος του φωτός για τον οργανισμό

Το φως είναι ζωτικό για τον άνθρωπο. Επιδρά στο εσωτερικό μας ρολόι με βάση τον σταθερό ρυθμό της ημέρας και της νύχτας. Στην ουσία, το πρωινό φως ενεργοποιεί φυσικά το εσωτερικό μας ρολόι διεγείροντας την έκκριση κορτιζόλης, δηλαδή της ορμόνης του αφύπνισης και της ενέργειας. Το βράδυ, η εξαφάνιση του φωτός υποδεικνύει στο σώμα μας ότι είναι ώρα παραγωγής μελατονίνης, μια ορμόνη που μας προετοιμάζει για ύπνο. Επίσης, είναι σημαντικό για τον οργανισμό μας να καταγράφει την ημέρα και τη νύχτα στη σωστή στιγμή καθώς ένας λανθασμένος συγχρονισμός απορυθμίζει τον ρυθμό ύπνου-αφύπνισης και μας εκθέτει σε έλλειψη ενέργειας και αϋπνίες.

Το **Sunshine®** εκπέμπει κάθε πρωί έναν χρωματιστό φωτισμό που αναπαριστά ένα πραγματικό εφέ «ανατολής του ήλιου» σε κόκκινες και πορτοκαλί αποχρώσεις που αναζωογονεί το σώμα και το πνεύμα.

ΠΩΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ Ο ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΤΗΣ ΑΥΓΗΣ;

Η δράση του Sunshine®:

Το **Sunshine®** της ROWENTA σας προετοιμάζει απαλά να ξυπνήσετε μέσω της προσομοίωσης της ανατολής του ήλιου όπως και στη φύση: τα μάτια συλλαμβάνουν το φως που μετακινείται σταδιακά προς τα πάνω και υποδεικνύει στο σώμα ότι είναι ώρα να εκκριθεί η κορτιζόλη. Η θερμοκρασία του σώματος ξεκινά λοιπόν την καθημερινή της άνοδο και η αφύπνιση γίνεται απαλά και φυσικά.

Ο κάθε άνθρωπος έχει διαφορετική ευαισθησία στο φως, και γι' αυτό μπορείτε να ρυθμίσετε την ένταση φωτισμού του **Sunshine®** ανάλογα με τις ανάγκες σας και να αρχίζετε κάθε μέρα σας ξεκούραστοι και γεμάτοι ενέργεια.

Το **Sunshine®** σας φροντίζει επίσης την ώρα που θέλετε να αποκοιμηθείτε. Χάρη στη λειτουργία *soft sleep* που διαθέτει, μπορείτε το βράδυ να ρυθμίσετε τον φωτισμό ώστε να σβήσει διαδοχικά και έτσι να αποκοιμηθείτε σταδιακά.

EL

1-ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

- | | |
|--|---|
| 1 - Ψηφιακή ένδειξη ώρας | 17 - Ήχος «κρουστά» για τονωτική αφύπνιση |
| 2 - Ρύθμιση της ώρας | 18 - Ήχος «θιβετιανό γκονγκ» για τονωτική αφύπνιση |
| 3 - Ρύθμιση της ώρας του Ξυπνητηριού | 19 - Ραδιόφωνο |
| 4 - Ρύθμιση του ραδιοφώνου | 20 - Κουμπί επιλογής ήχων |
| 5 - 6 : κουμπιά ρύθμισης + και - | 21 - Κουμπί ρύθμισης της έντασης φωτισμού + ή - |
| 7 - Ρύθμιση τονωτικής αφύπνισης | 22 - Κουμπί ρύθμισης της έντασης ήχου + ή - |
| 8 - Ρύθμιση απαλής αφύπνισης | 23 - Λειτουργία snooze (πάυση Ξυπνητηριού) και on/off |
| 9 - Ρύθμιση εξατομικευμένης αφύπνισης | 24 - Σύμβολο τονωτικής αφύπνισης |
| 10 - Ρύθμιση της λειτουργίας soft sleep | 25 - Σύμβολο απαλής αφύπνισης |
| 11 - Προγραμματισμός 15 λεπτών | 26 - Σύμβολο εξατομικευμένης αφύπνισης |
| 12 - Προγραμματισμός 30 λεπτών | 27 - Καλώδιο κεραίας |
| 13 - Προγραμματισμός 60 λεπτών | 28 - Καλώδιο ρεύματος |
| 14 - Ήχος «καμπάνισμα στον άνεμο» για απαλή αφύπνιση | 29 - Βάση |
| 15 - Ήχος «κελαϊδίσματα πουλιών» για απαλή αφύπνιση | 30 - Θήκη μπαταριών |
| 16 - Ήχος «θάλασσα και κύματα» για απαλή αφύπνιση | 31 - Ηχείο |

Για τα καλύτερα αποτελέσματα κατά τη χρήση του προσομοιωτή αυγής SUNSHINE®, διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες χρήσης καθώς και τις οδηγίες ασφάλειας πριν από κάθε χρήση.

2-ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Για την ασφάλειά σας, η παρούσα συσκευή συμμορφώνεται με τα εφαρμοστέα πρότυπα και κανονισμούς (Οδηγίες περί Χαμηλής τάσης, Ηλεκτρομαγνητικής συμβατότητας, Περιβάλλοντος...).

- Η παρούσα συσκευή δεν προορίζεται προς χρήση από άτομα (συμπεριλαμβανομένων των παιδιών) των οποίων η σωματική, αισθητήρια ή πνευματική ικανότητα είναι μειωμένη, ή από άτομα χωρίς εμπειρία ή γνώση ως προς τη χρήση, εκτός εάν τα άτομα αυτά βρίσκονται υπό επίβλεψη ή ακολουθούν πρότερες οδηγίες που αφορούν τη χρήση της συσκευής από κάποιο άτομο που είναι υπεύθυνο ως προς την ασφάλειά τους. Τα παιδιά πρέπει να βρίσκονται υπό επίβλεψη προκειμένου να διασφαλιστεί ότι δεν θα χρησιμοποιήσουν τη συσκευή ως παιχνίδι.
- Βεβαιωθείτε ότι η τάση που αναγράφεται πάνω στη συσκευή σας είναι ίδια με αυτήν της ηλεκτρικής σας εγκατάστασης. Οποιοδήποτε σφάλμα σύνδεσης ενδέχεται να προκαλέσει μη αντιστρεπτές βλάβες που δεν καλύπτονται από την εγγύηση.
- Μη χρησιμοποιείτε τη συσκευή σας και επικοινωνήστε με ένα εξουσιοδοτημένο κέντρο σέρβις εάν: η συσκευή υποστεί πτώση ή δεν λειτουργεί κανονικά.
- Σημαντικό: η συσκευή δεν πρέπει να βυθιστεί σε νερό ή να βραχεί με νερό.
- Μην αφήνετε τη συσκευή για παρατεταμένο χρονικό διάστημα σε θερμοκρασίες χαμηλότερες των 0°C και υψηλότερες των 35°C (κάτω από γυαλί με πλήρη έκθεση στον ήλιο για παράδειγμα).
- Διατηρήστε το καλώδιο, τη συσκευή και τα εξαρτήματα μακριά από οποιαδήποτε πηγή θερμότητας.
- Ποτέ μη χρησιμοποιείτε τη συσκευή σε περίπτωση σφάλματος λειτουργίας ή μετά από πτώση της (οι βλάβες που δεν είναι ορατές μπορεί να αποβούν επιζήμιες για την ασφάλειά σας).
- Οι συμβουλές χρήσης παρέχονται ενδεικτικά και η Rowenta δεν φέρει καμία ευθύνη σε περίπτωση που το αποτέλεσμα δεν πληροί τις επιθυμίες του χρήστη.
- Για οποιοδήποτε σφάλμα λειτουργίας, ανατρέξτε στην παράγραφο "σε περίπτωση προβλήματος" ή επικοινωνήστε με το τμήμα καταναλωτών ή το κατάστημα όπου αγοράσατε τη συσκευή.






ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: οι τοποθετημένες μπαταρίες δεν πρέπει να εκτεθούν σε υπερβολική θερμότητα, όπως λ.χ. ηλιακή ακτινοβολία, φωτιά ή οτιδήποτε παρόμοιο. Το βύσμα ρεύματος χρησιμοποιείται ως μέσο αποσύνθεσης και πρέπει να είναι ανά πάσα στιγμή λειτουργήσιμο. Εάν το καλώδιο τροφοδοσίας υποστεί βλάβη, πρέπει να αντικατασταθεί από τον κατασκευαστή, τον αντιπρόσωπο σέρβις ή αντίστοιχα εξουσιοδοτημένα άτομα προς αποφυγή κινδύνου.

ΕΓΓΥΗΣΗ: Η συσκευή σας προορίζεται αποκλειστικά για οικιακή χρήση. Δεν πρέπει να χρησιμοποιηθεί για επαγγελματικό σκοπό. Η εγγύηση ακυρώνεται σε περίπτωση ακατάλληλης χρήσης

3-Λειτουργίες του προσομοιωτή αυγής

α) Ήχοι και ραδιόφωνο FM


Ο προσομοιωτής αυγής διαθέτει 5 ήχους καθώς και ραδιόφωνο για να ξυπνήσετε και/ή να αποκοιμηθείτε:

- 1 - Καμπάνισμα στον άνεμο (14)  (απαλή αφύπνιση)
- 2 - Κελαιδίσματα πουλιών (15)  (απαλή αφύπνιση)
- 3 - Θάλασσα και κύματα (16)  (απαλή αφύπνιση)
- 4 - Κρουστά (17)  (τονωτική αφύπνιση)
- 5 - Θιβετιανό γκονγκ (18)  (τονωτική αφύπνιση)
- 6 - Ραδιόφωνο (19) FM

⇒ Ανατρέξτε στα σημεία 8, 9, 10 για τη ρύθμιση των διαφορετικών ήχων ανάλογα με τις προτιμήσεις σας ως προς την αφύπνιση.

β) Ένταση του ήχου και του φωτισμού (κουμπιά 21-22)

- Κουμπί ρύθμισης του φωτισμού με +/- (21)  = για αύξηση ή μείωση της έντασης φωτισμού.

- Κουμπί ρύθμισης του ήχου με +/- (22)  = για αύξηση ή μείωση της έντασης των ήχων ή του ραδιοφώνου.

4-ΧΡΗΣΗ

Πριν από την πρώτη χρήση

- 1 - Τοποθετήστε τη συσκευή πάνω σε μια επίπεδη και σταθερή επιφάνεια κοντά στο κρεβάτι σας, όπως λόγω χάρη πάνω στο κομοδίνο σας.
- 2 - Συνδέστε το καλώδιο ρεύματος στο ηλεκτρικό δίκτυο:
 - > εμφανίζονται (00:00) και αναβοσβήνουν οι αριθμοί της ώρας
- 3 - Μπορείτε τώρα να προχωρήσετε στη ρύθμιση της ώρας. Για να το κάνετε αυτό, ανατρέξτε στο σημείο 5 Ρύθμιση της ώρας.

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ!




Εάν νιώθετε ότι το φως είναι υπερβολικά έντονο για την αφύπνισή σας, μειώστε την ένταση φωτισμού, για οδηγίες ανατρέξτε στο σημείο (β) του κεφαλαίου 3.

EL

5-Ρύθμιση της ώρας 12:34 (κουμπί 2)

Μόλις συνδέσετε στο ρεύμα τον προσομοιωτή αυγής, οι αριθμοί της ώρας εμφανίζονται (00:00) και αναβοσβήνουν.

Ρύθμιση των ωρών:

- Πατήστε το κουμπί (2)  : οι αριθμοί των ωρών αναβοσβήνουν
- στη συνέχεια πατήστε το κουμπί + ή - (5 ή 6) για να μετακινηθείτε μεταξύ των ωρών.
- πατήστε πάλι το κουμπί (2)  για να αποθηκευτεί η ώρα και προχωρήστε στη ρύθμιση των λεπτών
- οι αριθμοί των λεπτών αναβοσβήνουν
- στη συνέχεια πατήστε το κουμπί + ή - (5 ή 6) για να μετακινηθείτε μεταξύ των λεπτών.
- πατήστε πάλι το κουμπί (2)  για να αποθηκευτούν τα λεπτά.

Η ρύθμιση της ώρας ολοκληρώθηκε.





εάν πατήσετε για περισσότερα από 2 δευτερόλεπτα το κουμπί 5 ή 6, η μετακίνηση μεταξύ των αριθμών γίνεται πολύ γρήγορα.

6-Ρύθμιση της ώρας του ξυπνητηριού 06:18 (κουμπί 3)

Ρύθμιση της ώρας του ξυπνητηριού:

- Πατήστε μία φορά το κουμπί (3)  : οι αριθμοί των ωρών αναβοσβήνουν

- στη συνέχεια πατήστε το κουμπί + ή - (5 ή 6) για να μετακινηθείτε μεταξύ των ωρών.
- πατήστε πάλι το κουμπί (3)  για να αποθηκευτεί η ώρα.
- οι αριθμοί των λεπτών αναβοσβήνουν
- στη συνέχεια πατήστε το κουμπί + ή - (5 ή 6) για να μετακινηθείτε μεταξύ των λεπτών.
- πατήστε πάλι το κουμπί (3)  για να αποθηκευτούν τα λεπτά.




Η ρύθμιση της ώρας του ξυπνητηριού ολοκληρώθηκε.

εάν πατήσετε για περισσότερα από 2 δευτερόλεπτα το κουμπί 5 ή 6, η μετακίνηση μεταξύ των αριθμών γίνεται πολύ γρήγορα.




Ρύθμιση της λειτουργίας αφύπνισης:

Μπορείτε τώρα να επιλέξετε τον τύπο αφύπνισης που θέλετε: πρέπει απλώς να πατήσετε το κουμπί της επιλογής σας:

- Κουμπί (7)  = ρύθμιση τονωτικής αφύπνισης
- Κουμπί (8)  = ρύθμιση απαλής αφύπνισης
- Κουμπί (9)  = ρύθμιση εξατομικευμένης αφύπνισης

⇒ Για την πλήρη ρύθμιση της λειτουργίας αφύπνισης, ανατρέξτε παρακάτω στα σημεία 8 -9 και 10



εάν επιθυμείτε στη συνέχεια να αλλάξετε τον ήχο χωρίς να ξυπνήσει ο/η σύντροφός σας, μπορείτε να μετακινηθείτε μεταξύ των ήχων με το κουμπί (20) . Το σύμβολο του τελευταίου επιλεγμένου ήχου παραμένει αναμμένο χωρίς να ακουστεί ήχος. Ο ήχος επιλέγεται μετά από 7 δευτερόλεπτα.

7-Ρύθμιση των σταθμών του ραδιοφώνου FM (κουμπί 4)

Μπορείτε ανά πάσα στιγμή να ακούσετε ραδιόφωνο στον προσομοιωτή αυγής.

Για να το κάνετε αυτό, πρέπει απλώς να πατήσετε μία φορά το κουμπί (4) FM: το ραδιόφωνο ενεργοποιείται. Για απενεργοποίηση του ραδιοφώνου: πατήστε μία φορά το κουμπί (4) FM: το ραδιόφωνο απενεργοποιείται.

1) Για ρύθμιση των σταθμών του ραδιοφώνου:

- Πατήστε το κουμπί (4) FM. Η ραδιοφωνική συχνότητα εμφανίζεται στο σημείο των αριθμών της ώρας.
- Πατήστε το κουμπί + ή - (5 ή 6) για να βρείτε την επιθυμητή ραδιοφωνική συχνότητα. Μόλις βρείτε τον σταθμό, μετά από 5 δευτερόλεπτα η συχνότητα σταματά να αναβοσβήνει.

Ο σταθμός έχει επιλεγεί.

Εμφανίζεται πάλι η ώρα στην ψηφιακή οθόνη.

- Πατήστε το κουμπί (4) FM για απενεργοποίηση του ραδιοφώνου.



εάν πατήσετε για περισσότερα από 2 δευτερόλεπτα το κουμπί 5 ή 6, η μετακίνηση μεταξύ των σταθμών γίνεται πολύ γρήγορα.

2) Για ρύθμιση της έντασης του ραδιοφώνου:

- Πατήστε το κουμπί ρύθμισης της έντασης του ήχου + ή -  (22) για αύξηση ή μείωση του ήχου.

Εισαγωγή στις 3 λειτουργίες αφύπνισης και στη λειτουργία Softsleep του προσομοιωτή αυγής «Sunshine®»:

Ο προσομοιωτής αυγής Sunshine® διαθέτει 3 διαφορετικές λειτουργίες αφύπνισης: Απαλή αφύπνιση, Τονωτική αφύπνιση, και Εξατομικευμένη αφύπνιση, οι οποίες περιγράφονται αναλυτικά στα κεφάλαια 8, 9 και 10.

1) ΑΠΑΛΗ αφύπνιση 



45 λεπτών

Η λειτουργία «απαλής» αφύπνισης σας ξυπνά με έναν απαλό φωτισμό σε κίτρινες-πορτοκαλί αποχρώσεις. Η ανατολή του ήλιου πραγματοποιείται σε διάστημα 45 λεπτών, έως την ώρα της αφύπνισης σας και συνοδεύεται από απαλή μουσική που διαχέει «ενέργεια ζεν» ώστε να ξεκινήσετε την ημέρα σας ξεκούραστοι και χαλαρωμένοι

2) ΡΤΟΝΩΤΙΚΗ αφύπνιση ☀

15 λεπτών

Η λειτουργία «τονωτικής» αφύπνισης σας ξυπνά με έναν αναζωογονητικό φωτισμό σε αποχρώσεις που κυμαίνονται από κόκκινες-πορτοκαλί έως ανοιχτό κίτρινο. Η ανατολή του ήλιου διαρκεί 15 λεπτά έως την ώρα της αφύπνισής σας και συνοδεύεται από έναν μουσικό τόνο για να ξεκινήσετε την ημέρα θετικά και γεμάτοι ενέργεια.

3) ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΗ αφύπνιση ⚡

15 - 30 - 45

Σε αυτήν τη λειτουργία, είναι δυνατή η ρύθμιση της διάρκειας της ανατολής του ήλιου καθώς και των μουσικών ήχων ανάλογα με την καθημερινή σας διάθεση. Η διάρκεια ανατολής του ήλιου μπορεί να διαρκέσει 15, 30 ή 45 λεπτά

- Λειτουργία SOFTSLEEP : ☾

15 - 30 - 60

Χάρη στη λειτουργία soft sleep, μπορείτε το βράδυ να ρυθμίσετε τον προσομοιωτή αυγής ώστε να το φως να σβήσει προοδευτικά (σε 15, 30 ή 60 λεπτά) και έτσι να αποκοιμηθείτε σταδιακά.

8-Ρύθμιση της λειτουργίας ΑΠΑΛΗΣ αφύπνισης ⚡ (κουμπί 8)

Σε αυτήν τη λειτουργία αφύπνισης, έχετε τη δυνατότητα να επιλέξετε μεταξύ 3 απαλών ήχων:

- (14) - 🌀 Καμπάνισμα στον άνεμο
- (15) - 🐦 Κελαϊδίσματα πουλιών
- (16) - 🌊 Θάλασσα και κύματα

Τρόπος λειτουργίας:

- 1 - Πατήστε για περισσότερο από 2 δευτερόλεπτα το κουμπί (8) ⚡.
- 2 - Μπορείτε στη συνέχεια να μετακινηθείτε μεταξύ των διαφορετικών συμβόλων που αναβοσβήνουν και αναπαριστούν τους ήχους: (14) 🌀, (15) 🐦 και (16) 🌊 με τη βοήθεια του κουμπιού (20) ⏸. Θα ακούσετε τους διαφορετικούς ήχους να αναπαράγονται για μερικά δευτερόλεπτα.
- 3 - Μόλις βρείτε τον ήχο που σας αρέσει, επικυρώστε την επιλογή σας πατώντας το κουμπί (8) ⚡. Μόλις σταματήσετε να το πατάτε, μετά από 7 δευτερόλεπτα επιλέγεται ο ήχος. Το αντίστοιχο σύμβολο παραμένει αναμμένο ως υπόδειξη ότι ο ήχος ενεργοποιήθηκε.

=> Η λειτουργία «απαλής» αφύπνισης έχει επιλεγεί. Το αντίστοιχο σύμβολο ⚡ παραμένει αναμμένο ως υπόδειξη ότι αυτή η λειτουργία έχει ενεργοποιηθεί για το επόμενο πρωί. Για να απενεργοποιήσετε αυτήν τη λειτουργία, πατήστε πάλι το κουμπί (8) ⚡.

9-Ρύθμιση της λειτουργίας ΤΟΝΩΤΙΚΗΣ αφύπνισης ☀ (κουμπί 7)

Σε αυτήν τη λειτουργία αφύπνισης, έχετε τη δυνατότητα να επιλέξετε μεταξύ 2 αναζωογονητικών ήχων:


- (17) - 🥁 κρουστά
- (18) - ☺ θιβητιανό γκόνγκ



Τρόπος λειτουργίας:

- 1 - Πατήστε για περισσότερο από 2 δευτερόλεπτα το κουμπί (7) ☀.
- 2 - Μπορείτε στη συνέχεια να μετακινηθείτε μεταξύ των διαφορετικών συμβόλων που αναβοσβήνουν και αναπαριστούν τους ήχους: (17) 🥁 και (18) ☺ με τη βοήθεια του κουμπιού (20) ⏸. Θα ακούσετε τους

EL

διαφορετικούς ήχους να αναπαράγονται για μερικά δευτερόλεπτα.

- 3 - Μόλις βρείτε τον ήχο που σας αρέσει, επικυρώστε την επιλογή σας πατώντας το κουμπί (7) . Μόλις σταματήσετε να το πατάτε, μετά από 7 δευτερόλεπτα επιλέγεται ο ήχος. Το αντίστοιχο σύμβολο παραμένει αναμμένο ως υπόδειξη ότι ο ήχος ενεργοποιήθηκε.

=> Η λειτουργία «τονωτικής» αφύπνισης έχει επιλεγεί. Το αντίστοιχο σύμβολο  παραμένει αναμμένο ως υπόδειξη ότι αυτή η λειτουργία έχει ενεργοποιηθεί για το επόμενο πρωί. Για να απενεργοποιήσετε αυτήν τη λειτουργία, πατήστε πάλι το κουμπί (7) .


10 - Ρύθμιση της λειτουργίας ΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΗΣ αφύπνισης (κουμπί 9)








Σε αυτήν τη λειτουργία αφύπνισης, μπορείτε να πραγματοποιήσετε όλες τις ρυθμίσεις όπως επιθυμείτε:

- 1 - Επιλογή μεταξύ 5 ήχων, το ραδιόφωνο ή μόνο τη λειτουργία φωτισμού.
- 2 - Ρύθμιση της έντασης ήχου
- 3 - Ρύθμιση της έντασης φωτισμού
- 4 - Ρύθμιση της διάρκειας ανύψωσης του φωτός (15, 30 ή 45 λεπτά)



Τρόπος λειτουργίας:

Βήμα 1: Επιλογή μεταξύ 5 ήχων, το ραδιόφωνο ή μόνο τη λειτουργία φωτισμού.


Πατήστε για περισσότερο από 2 δευτερόλεπτα το κουμπί (9) . Όλες οι φωτεινές ενδείξεις που αντιστοιχούν στους ήχους αναβοσβήνουν.

- Με το κουμπί (20)  μπορείτε στη συνέχεια να μετακινηθείτε μεταξύ των διαφορετικών ενδείξεων που αναβοσβήνουν και αναπαριστούν τους ήχους: (14)  (15)  (16)  (17)  (18)  και FM. Θα ακούσετε τους διαφορετικούς ήχους να αναπαράγονται για μερικά δευτερόλεπτα.
- Εάν επιλέξετε το ραδιόφωνο για την αφύπνισή σας: μπορείτε να αλλάξετε τον καταχωρισμένο σταθμό πατώντας τα κουμπιά + / - (5) και (6).
- Μόλις βρείτε τον ήχο ή τον σταθμό που σας αρέσει, επικυρώστε την επιλογή σας πατώντας το κουμπί (9) . Μόλις σταματήσετε να το πατάτε, μετά από 7 δευτερόλεπτα καταχωρίζεται η επιλογή σας. Το αντίστοιχο σύμβολο παραμένει αναμμένο ως υπόδειξη ότι ο ήχος ενεργοποιήθηκε.



Βήμα 2: Ρύθμιση της έντασης ήχου:

- Πατήστε το κουμπί ρύθμισης της έντασης του ήχου + / -  (22) για αύξηση ή μείωση του ήχου. Μόλις κάνετε την επιλογή σας, πατήστε το κουμπί (9) . Η ένταση έχει τώρα επιλεγεί για την επόμενη αφύπνιση




εάν δεν επιθυμείτε να ξυπνήσετε με έναν ήχο, αλλά μόνο με φωτισμό: επιλέξτε την ένταση 0 με το κουμπί (22) .



Βήμα 3: Ρύθμιση της έντασης φωτισμού:

- Πατήστε το κουμπί ρύθμισης της έντασης του φωτισμού + / -  (21) για αύξηση ή μείωση της έντασης του φωτισμού. Μόλις κάνετε την επιλογή σας, πατήστε το κουμπί . Η ένταση έχει τώρα επιλεγεί για την επόμενη αφύπνιση.

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ: η ένταση φωτισμού του προσομοιωτή αυγής εμφανίζεται από το 0 έως το 10 στην ψηφιακή οθόνη. Εάν επιλεγεί ο αριθμός 0, η παροχή φωτισμού διακόπτεται. Κατά τις πρώτες ρυθμίσεις, ίσως να μην σας είναι εύκολο να επιλέξετε την ιδανική ένταση. Προσπαθήστε να φανταστείτε ότι με αυτήν την ένταση θα ξυπνήσετε το πρωί. Σε τέτοια περίπτωση αμφιβολίας, επιλέξτε τη μέση ένταση 5. Έχετε υπόψη σας ότι μπορείτε ανά πάσα στιγμή να προσαρμόσετε τη ρύθμιση όπως επιθυμείτε ακολουθώντας τις οδηγίες που αναγράφονται στο σημείο (β) του κεφαλαίου 3.




Βήμα 4: Ρύθμιση της διάρκειας ανύψωσης του φωτός (15, 30 ή 45 λεπτά):

- η ώρα που εμφανίζεται στην ψηφιακή οθόνη αντικαθίσταται από έναν αριθμό που υποδεικνύει τη διάρκεια ανύψωσης του φωτός: 15, 30 ή 45 λεπτά. Ο αριθμός αυτός αναβοσβήνει. Για να κάνετε την επιλογή σας, πατήστε το κουμπί + ή - (5) ή (6). Πατήστε πάλι το κουμπί (9) , για να επιλεγεί η διάρκεια ανύψωσης του φωτός.







=> Η λειτουργία «εξατομικευμένης» αφύπνισης έχει επιλεχθεί. Το αντίστοιχο σύμβολο  παραμένει αναμμένο ως υπόδειξη ότι αυτή η λειτουργία έχει ενεργοποιηθεί για το επόμενο πρωί. Για να απενεργοποιήσετε αυτήν τη λειτουργία, πατήστε πάλι το κουμπί (9) .

11-Λειτουργία Snooze SNOOZE ON/OFF (κουμπί 23)

Η συσκευή σας διαθέτει ένα κουμπί «SNOOZE» SNOOZE ON/OFF (23) ή αλλιώς «παύση ξυπνητηριού», που σας επιτρέπει να επανεκκινήσετε το ξυπνητήρι εάν δεν επιθυμείτε να ξυπνήσετε αμέσως.




- 1) Μόλις χτυπήσει το ξυπνητήρι, πατήστε μία φορά το κουμπί SNOOZE: η ένταση του ήχου μειώνεται προοδευτικά και το ξυπνητήρι θα χτυπήσει πάλι 5 λεπτά αργότερα.
- 2) Κατά τη διάρκεια αυτών των πέντε λεπτών, το φωτεινό σύμβολο  ή  ή , που αντιστοιχεί στην επιλεγμένη λειτουργία αφύπνισης αναβοσβήνει υποδεικνύοντας ότι η συσκευή βρίσκεται σε λειτουργία Snooze.

- Για **πλήρης απενεργοποίηση** του προσομοιωτή αυγής = πατήστε για περισσότερο από 2 δευτερόλεπτα το κουμπί Snooze. Το ξυπνητήρι σας απενεργοποιείται και **θα ενεργοποιηθεί εκ νέου** το επόμενο πρωί.

=> Το φωτεινό σύμβολο  ή  ή , παραμένει αναμμένο ως υπόδειξη ότι το ξυπνητήρι είναι ενεργοποιημένο για το επόμενο πρωί. Εάν επιθυμείτε να απενεργοποιήσετε το ξυπνητήρι για το επόμενο πρωί, απλώς πατήστε το κουμπί που αντιστοιχεί στην επιλεγμένη λειτουργία αφύπνισης  ή  ή . Το φωτεινό σύμβολο σβήνει υποδεικνύοντας ότι το ξυπνητήρι έχει απενεργοποιηθεί.



12-Ρύθμιση της λειτουργίας SOFTSLEEP (κουμπί 10)

Ρύθμιση της λειτουργίας SOFTSLEEP ή «δύση του ήλιου»:

- Πατήστε το κουμπί (10)  : η ένδειξη (11), που αντιστοιχεί στη διάρκεια 15 λεπτών ανάβει. Μετά από 5 δευτερόλεπτα, το εφέ «δύσης του ήλιου» αρχίζει και σας συνοδεύει έως ότου αποκοιμηθείτε σε διάρκεια 15 λεπτών.
- Εάν επιθυμείτε ένα εφέ «δύσης του ήλιου» διάρκειας 30 λεπτών, πατήστε εκ νέου το κουμπί (10)  : ανάβει η ένδειξη (12). Μετά από 5 δευτερόλεπτα, το εφέ «δύσης του ήλιου» αρχίζει και σας συνοδεύει έως ότου αποκοιμηθείτε σε διάρκεια 30 λεπτών.
- Εάν επιθυμείτε ένα εφέ «δύσης του ήλιου» διάρκειας 60 λεπτών, πατήστε εκ νέου το κουμπί (10)  : ανάβει η ένδειξη (13). Μετά από 5 δευτερόλεπτα, το εφέ «δύσης του ήλιου» αρχίζει και σας συνοδεύει έως ότου αποκοιμηθείτε σε διάρκεια 60 λεπτών.

EL

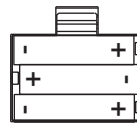
ΑΝΑ ΠΑΣΑ ΣΤΙΓΜΗ

- Κουμπί SNOOZE ON/OFF (23) SNOOZE ON/OFF = για ενεργοποίηση ή απενεργοποίηση του φωτισμού
- Κουμπί ρύθμισης του ήχου (22)  = για αύξηση ή μείωση της έντασης του ήχου ή του ραδιοφώνου
- Κουμπί ρύθμισης του φωτισμού (21)  = για αύξηση ή μείωση της έντασης του φωτισμού
- Για ενεργοποίηση του ραδιοφώνου: πατήστε το κουμπί (4) FM: το ραδιόφωνο ενεργοποιείται. Για απενεργοποίηση του ραδιοφώνου: πατήστε το κουμπί (4) FM: το ραδιόφωνο απενεργοποιείται.

13-Αντικατάσταση των μπαταριών

Η συσκευή SUNSHINE® λειτουργεί με ρεύμα. Ωστόσο, οι προβλεπόμενες μπαταρίες που βρίσκονται μέσα στον προσομοιωτή αυγής αποτελούν μια ασφάλεια σε περίπτωση διακοπής του ρεύματος ώστε να διατηρηθούν στη μνήμη οι παράμετροι των ρυθμίσεων που έχετε πραγματοποιήσει.

- Ποτέ μη χρησιμοποιείτε μια καινούργια μπαταρία με μια παλιά.
- Η συσκευή SUNSHINE® χρειάζεται 3 μπαταρίες τύπου LR3 AAA (δεν παρέχονται).
- Να χρησιμοποιείτε αποκλειστικά και μόνο μπαταρίες τύπου LR3 AAA.



- Κατά την αντικατάσταση των μπαταριών, τηρήστε τη φορά που υποδεικνύεται μέσα στη θήκη των μπαταριών (εικόνα):

- Αφαιρέστε τις μπαταρίες μόλις αδειάσουν ή εάν πιστεύετε ότι δεν θα χρησιμοποιήσετε τη συσκευή για μεγάλο χρονικό διάστημα.

14-Συντήρηση

- Η συσκευή σας απαιτεί ελάχιστη συντήρηση. Μπορείτε να την καθαρίσετε με ένα στεγνό ή ελαφρώς βρεγμένο πανάκι.
- Φροντίστε να σκουπίζετε καλά τα τμήματα της συσκευής αφού τα καθαρίσετε.
- Ποτέ μη βυθίζετε τη συσκευή σας μέσα στο νερό.

15-Συμβάλλουμε στην προστασία του περιβάλλοντος!

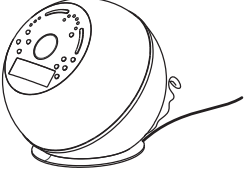


- ⓘ Η συσκευή σας περιέχει πολλά αξιοποιήσιμα ή ανακυκλώσιμα υλικά.
- ➔ Παραδώστε την παλιά συσκευή σας σε κέντρο διαλογής ή ελλείψει τέτοιου κέντρου σε εξουσιοδοτημένο κέντρο σέρβις το οποίο θα αναλάβει την επεξεργασία της.

16-Σε περίπτωση προβλήματος

- Η συσκευή δεν λειτουργεί.
Επαληθεύστε ότι η πρίζα είναι σωστά συνδεδεμένη στο ρεύμα.
Επαληθεύστε ότι η πρίζα λειτουργεί.
- Η συσκευή δεν αποθηκεύει τις ρυθμίσεις μου => Αποσυνδέστε τη συσκευή από το ρεύμα βγάζοντας την πρίζα, και στη συνέχεια συνδέστε την εκ νέου στο ρεύμα. Μπορείτε κατόπιν να καταχωρίσετε εκ νέου τις ρυθμίσεις σας.
- Το Ξυπνητήρι ενεργοποιήθηκε αλλά δεν ακούστηκε ήχος => η ένταση του ήχου μπορεί να έχει ρυθμιστεί στο 0, ή σε πολύ χαμηλό επίπεδο. Ανατρέξτε στο σημείο (β) του κεφαλαίου 3.
Ή, μπορεί επίσης να απενεργοποιήσατε το Ξυπνητήρι. Για να το ενεργοποιήσετε, ανατρέξτε στο κεφάλαιο 5.
- Το ραδιόφωνο δεν λειτουργεί ή εκπέμπει παράσιτα => το καλώδιο της κεραίας (27) μπορεί να μην έχει ξεδιπλωθεί σωστά.
- Ο σταθμός ραδιοφώνου που είχα προγραμματίσει να με Ξυπνήσει δεν λειτούργησε => Απενεργοποιήστε το Ξυπνητήρι και ανάψτε το ραδιόφωνο για να βεβαιωθείτε ότι λειτουργεί σωστά. Επαληθεύστε επίσης ότι το καλώδιο της κεραίας (27) έχει ξεδιπλωθεί σωστά.
- Η ώρα του προσομοιωτή αυγής αναβοσβήνει. Μπορεί να υπάρχει διακοπή ρεύματος και να τελειώνουν οι μπαταρίες => Επαληθεύστε την ακεραιότητα των μπαταριών και αντικαταστήστε τις αν χρειαστεί.

HIZLI AYARLAMA

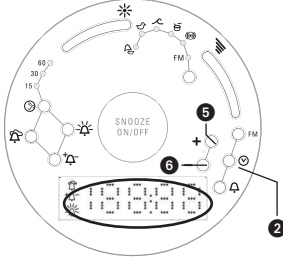


1 YERLEŞTİRME

- Cihazınızı başucu komodininizin üzerine yerleştirin
- fişini elektrik prizine takın.

Başlamak için sadece saatin ve alarmin ayarlanması ile yetinebilirsiniz.

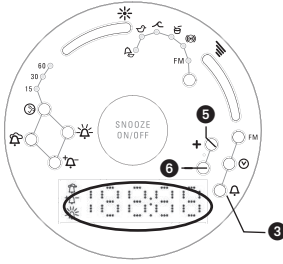
2 Saatin ayarlanması



- (2) tuşu üzerine bir kere basınız: saatin rakamları yanıp sönmektedir.
- Saatleri ilerletmek için + veya - (5 veya 6) tuşları üzerine basın.
- Saati sabitlemek ve dakikaların ayarlanmasına geçmek için (2) tuşu üzerine basın.
- Dakikaların rakamları yanıp sönmektedir
- Ardından dakikaları ilerletmek için + veya - (5 veya 6) tuşları üzerine basın.
- Dakikaları sabitlemek için (2) tuşu üzerine basın.

Saat şimdi ayarlanmıştır.

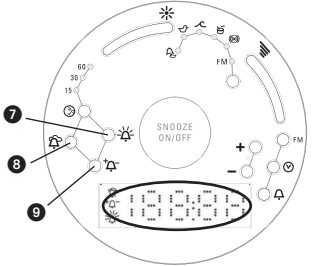
3 Alarmin saatinin ayarlanması



- (3) tuşu üzerine bir kere basınız: saatin rakamları yanıp sönmektedir.
- Ardından saatleri ilerletmek için + veya - (5 veya 6) tuşları üzerine basın.
- Saati sabitlemek için (3) tuşu üzerine basın.
- Dakikaların rakamları yanıp sönmektedir.
- Ardından dakikaları ilerletmek için + veya - (5 veya 6) tuşları üzerine basın.
- Dakikaları sabitlemek için yeniden (3) tuşu üzerine basın.

Alarmin saati şimdi ayarlanmıştır.

4 Alarm türünü ayarlanması



Uyandırma türünün ayarlanması:

Şu andan itibaren uyandırma türünü seçebilirsiniz: sadece seçiminize uygun tuşa basmanız yeterlidir:

- Tuş (7) = Canlı uyandırma ayarı
- Tuş (8) = Yumuşak uyandırma ayarı
- Tuş (9) = Kişiselleştirilmiş uyandırma ayarı (el kitabı)

TR

5 Programların seçilmesi:

- Programı seçtiğinizde: Yumuşak uyandırma 45 saniye boyunca kademeli bir ışık ve ardından gelen yumuşak bir sesle uyanırsınız: rüzgarın içinde zil sesi, kuş sesleri ...
- Programı seçtiğinizde: Canlı uyandırma 15 dakika boyunca kademeli bir ışık ve ardından gelen canlı bir sesle uyanırsınız: perküsyon veya Tibet Gongu.
- Programı seçtiğinizde: Kişiselleştirilmiş uyandırma ruh halinize göre 15, 30 veya 45 dakika boyunca kademeli bir ışık ve ardından gelen ve sizin seçeceğiniz bir ses veya radyo ile uyanırsınız.

Ayarlamalar için, el kitabının 8, 9 ve 10 bölümlerine bakınız.

GİRİŞ / TAN VAKTİ SİMÜLATÖRÜNÜZÜN TANITIMI

Kademeli bir ışık ve yumuşak veya canlı sesler ile birlikte kolayca uyanmanıza yardımcı olmak üzere geliştirilmiş olan ROWENTA tan vakti simülatörü **Sunshine®**'ı satın aldığınız için teşekkür ederiz

Işığın organizma üzerindeki etkisi

Işık insan için yaşamsal bir önem taşımaktadır. Gece ve gündüzün düzenli ritmine göre düzenlenen iç saatimiz üzerinde bir etkisi bulunmaktadır. Gerçekten de sabahın ışıkları, uyanma ve enerji hormonu kortizolün salgılanmasına yardımcı olarak iç saatimizi doğal olarak harekete geçirir. Akşam ışığın kaybolması, bedenimize bizi uykuya hazırlayan bir hormon olan melatoninin üretilme vaktinin geldiğini belirtir. Ayrıca organizmamızın gece ve gündüzü doğru anda kaydetmesine önemlidir zira yanlış bir eşleme uyuma-uyanma ritminin dengesini bozar ve enerji eksikliği sebeplerinden birinin ortaya çıkmasına ve uyuma zorluklarına sebep olur.

Sunshine®, her sabah vücut ve ruh hali üzerinde bir enerji etkisi yaratan turuncuya yakın bir kırmızı renkte gerçek bir « güneşin doğuşu » etkisi yaratan renkli bir ışık yayar.

TAN VAKTİ SİMÜLATÖRÜNÜZ NASIL ÇALIŞIR?

Sunshine® etkisi:

Rowenta'un **Sunshine®**, doğal bir güneş doğuşu canlandırarak uykudan yumuşak bir şekilde uyanmanızı sağlar: kademeli olarak yükselen ışık gözler tarafından algılanır ve bedene kortizol salgılama zamanı olduğunu belirtir. Vücut ısısı günlük ısısına yükselmeye başlar ve uyanma yumuşak ve doğal bir şekilde gerçekleşir.

Herkesin kendine has bir ışığa karşı duyarlılığı vardır, bu sebeple **Sunshine®** ışığının yoğunluğu ihtiyaçlarınıza göre ayarlayabilir ve güne rahatlamış ve enerji dolu bir şekilde başlayabilirsiniz.

Sunshine® ayrıca uyumanıza da özen gösterir. Soft sleep fonksiyonu sayesinde gece, ışığın kademeli olarak sönebileceği şekilde ayarlayabilirsiniz ve siz de yavaş yavaş uykuya dalarsınız.

1-TANIM

- | | |
|---|--|
| 1 - Dijital saat görüntüleme | 17 - Canlı uyandırma için « vurmali çalgı » sesi |
| 2 - Saatin ayarlanması | 18 - Canlı uyandırma için « Tibet Gongu » sesi |
| 3 - Alarm saatinin ayarlanması | 19 - Radyo |
| 4 - Radyonun ayarlanması | 20 - Seslerin seçilme tuşu |
| 5 - 6 : + ve - ayarlama tuşu | 21 - Işık yoğunluğunu ayarlama tuşu + veya - |
| 7 - Canlı uyandırmanın ayarlanması | 22 - Ses yoğunluğunu ayarlama tuşu + veya - |
| 8 - Yumuşak uyandırmanın ayarlanması | 23 - Snooze fonksiyonu ve on/off |
| 9 - Kişiselleştirilmiş uyandırmanın ayarlanması | 24 - Canlı uyandırma sembolü |
| 10 - Soft sleep fonksiyonunun ayarlanması | 25 - Yumuşak uyandırma sembolü |
| 11 - 15 dakika programlama | 26 - Kişiselleştirilmiş uyandırma sembolü |
| 12 - 30 dakika programlama | 27 - Anten kablosu |
| 13 - 60 dakika programlama | 28 - Elektrik kablosu |
| 14 - Yumuşak uyandırma için « rüzgârın içinde zil sesi » sesi | 29 - Taban |
| 15 - Yumuşak uyandırma için « kuş sesleri » sesi | 30 - Pil yuvası kapağı |
| 16 - Yumuşak uyandırma için « deniz ve dalgalar » sesi | 31 - Hoparlör |

SUNSHINE® tan vakti simülatörünüzün en iyi sonuçları sağlaması için, her türlü kullanımdan önce kullanım kılavuzunu ve güvenlik talimatlarını dikkatlice okuyunuz.

2-GÜVENLİK TALİMATLARI

Güvenliğiniz için bu cihaz, uygulanabilir norm ve yönetmeliklere uygundur (Alçak Gerilim Yönetmelikleri, Elektro manyetik uyum, Çevre, ...).

- Bu cihaz, fiziksel, duymasal veya zihinsel kapasiteleri zayıf olan, ya da bilgi ve deneyimden yoksun kişiler tarafından (çocuklar da dâhil), ancak güvenliklerinden sorumlu bir kişinin gözetimi altında ve cihazın kullanımı hakkında önceden bilgilendirilmiş kişiler tarafından kullanılmak üzere tasarlanmıştır. Cihazla oynamadıklarından emin olmak için, çocukların gözetim altında tutulması tavsiye edilir.
- Elektrik tesisatınızın geriliminin cihazınızınkine uygun olmasını kontrol edin. Her türlü bağlantı hatası, telefisi olmayan ve garanti kapsamına girmeyen hasarlara sebep olabilir.
- Cihazınız düştü ise, normal bir şekilde çalışmıyorsa cihazınızı kullanmayın ve Yetkili Servis Merkezi ile irtibat kurunuz.
- Önemli: cihazın suya batırılmaması ve suyun altına tutulmaması gerekmektedir.
- Cihazı uzun süre 0°C altındaki ve 35°C üzerindeki sıcaklıklara maruz bırakmayın (örneğin tam güneş altında bir camın önünde).
- Kabloyu, cihazı ve aksesuarları her türlü sıcaklık kaynağından uzak tutunuz.
- Çalışmasında anormallikler olduğunda, düşmesinin ardından cihazı asla kullanmayın (gözle görülmeyen hasarlar güvenliğiniz için tehlikeli olabilir).
- Kullanım önerileri bilgi amaçlı verilmiştir ve kullanıcının isteklerine uygun olmayan sonuçlar elde edilmesi durumunda Rowenta hiç bir sorumluluk kabul etmemektedir.
- Her türlü çalışma bozukluğu ile ilgili olarak « sorun olması halinde » paragrafına başvurunuz veya tüketici servisimizle veya satıcınızla irtibat kurunuz.

TR

DİKKAT : kullanılan piller, güneş, ateş veya benzeri aşırı ısı kaynaklarına maruz bırakılmamalıdır.

Ana fiş cihazla birlikte kullanılmakta olup daima kullanıma hazır olmalıdır.






Herhangi bir zararın meydana gelmesini önlemek amacı ile zarar gören şarjı kablosu, üretici, yetkili servisi veya benzeri uzman ve yetkili personelce değiştirilmelidir.

GARANTİ: Cihazınız sadece ev içi kullanıma yöneliktir. Profesyonel amaçlı kullanılamaz. Uygunsuz kullanım halinde garanti hükümsüz ve geçersiz olacaktır.

3-Tan vakti simülatörünüzün işlevleri



a) Sesler ve FM radyo

Simülatörünüz sizi uyandırmak ve/veya uyumanıza yardımcı olmak için sizlere 5 ses ve radyo sunmaktadır:

- 1 - Rüzgâr içerisinde zil sesi (14)  (yumuşak uyandırma)
- 2 - Kuş sesleri (15)  (yumuşak uyandırma)
- 3 - Deniz ve dalgalar (16)  (yumuşak uyandırma)
- 4 - Vurmalı çalgı (17)  (canlı uyandırma)
- 5 - Tibet Gongu (18)  (canlı uyandırma)
- 6 - Radyo (19) FM

⇨ **Uyandırılma tercihinize göre farklı sesleri ayarlamak için 8, 9, 10 noktalarına bakınız**

b) Sesin ve ışığın yoğunluğu (tuşlar 21-22)

- +/- ile ışığı ayarlama tuşu (21)  = ışığın şiddetini artırmak veya azaltmak için.
- +/- ile sesi ayarlama tuşu (22)  = seslerin veya radyonun sesini artırmak veya azaltmak için.

4-KULLANIM

İlk kullanımdan önce




- 1 - Cihazı yatağınızın yakınındaki düz ve sabit bir yüzey üzerine örneğin başucu komodininiz üzerine yerleştirin.
- 2 - Elektrik kablosunu şebeke prizine takın:
➢ Saatin rakamları görüntülenir (00:00) ve yanıp sönerler.
- 3 - Şu anda saatin ayarlanması işlemine başlayabilirsiniz. Bunun için, 5- Saatin ayarlanması paragrafına başvurunuz.

ÖNEMLİ!

Eğer ışığın sizi uyandırmak için çok güçlü olduğunu düşünüyorsanız, bölüm 3'deki (b) paragrafına bakarak ışık yoğunluğunu azaltabilirsiniz.

5-Saatin ayarlanması 12:34 (tuş 2)

Tan vakti simülatörünüzü elektriğe bağladığınızda, saatin rakamları görüntülenir (00:00) ve yanıp sönerler.



- (2)  tuşu üzerine basın: saatin rakamları yanıp sönmektedir
- Ardından saatleri ilerletmek için + veya - (5 veya 6) tuşları üzerine basın.
- Saati sabitlemek ve dakikaların ayarlanmasına geçmek için (2)  tuşu üzerine basın
- Dakikaların rakamları yanıp sönmektedir
- Ardından dakikaları ilerletmek için + veya - (5 veya 6) tuşları üzerine basın.
- Dakikaları sabitlemek için (2)  tuşu üzerine basın.


Saat şimdi ayarlanmıştır.



5 veya 6 tuşları üzerine 2 saniyeden fazla basarsanız, rakamlar çok hızlı bir şekilde ilerler.

6-Alarmin saatinin ayarlanması 06:18 (tuş 3)

- Bir kere (3)  tuşu üzerine basın : saatlerin rakamları yanıp sönmektedir.
- Ardından saatleri ilerletmek için + veya - (5 veya 6) tuşları üzerine basın.
- Saati sabitlemek için (3)  tuşu üzerine basın.
- Dakikaların rakamları yanıp sönmektedir
- Ardından dakikaları ilerletmek için + veya - (5 veya 6) tuşları üzerine basın.

- Dakikaları sabitlemek için tuş (3)  üzerine yeniden basın.




Alarm saati şimdi ayarlanmıştır.



5 veya 6 tuşları üzerine 2 saniyeden fazla basarsanız, rakamlar çok hızlı bir şekilde ilerler.


Uyandırma şeklinin ayarlanması:

Şu andan itibaren uyandırma türünü seçebilirsiniz: sadece seçiminize uygun tuşa basmanız yeterlidir:

- Tuş (7)  = canlı uyandırma ayarı
- Tuş (8)  = yumuşak uyandırma ayarı
- Tuş (9)  = kişiselleştirilmiş uyandırma ayarı

⇒ Uyandırma şeklinin tamamen ayarlanması için, daha sonra 8-9 ve 10 paragraflarına bakınız



Daha sonra eşinizi uyandırmadan sesi değiştirmek isterseniz, (20) tuşu  . yardımıyla sesler arasında gezinebilirsiniz. Seçilen en son ses sembolü ses çıkarmadan yanık olarak kalır. 7 saniye sonra seçilir.

7-FM radyo istasyonunun ayarlanması (tuş 4)

Tan vakti simülatörünüzün radyosunu her an dinleme imkânınız bulunmaktadır.

Bunun için, (4) FM tuşu üzerine bir kere basılması yeterlidir: radyo açılır.

Radyoyu kapatmak için: (4) FM tuşu üzerine bir kere basın: radyo kapanır.


1) Radyo istasyonunu ayarlamak için:

- (4) FM tuşu üzerine basın. Saatin rakamlarının yerinde radyo frekansı görüntülenir.
- Arzu edilen radyo frekansını bulmak için + veya - (5 veya 6) tuşları üzerine basın. İstasyon ayarlandığında 5 saniye sonunda **frekansın yanıp sönmeye durur. İstasyonunuz seçilmiştir.**
- Saat yeniden dijital gösterge üzerinde belirir.**
- Radyoyu kapatmak için (4) FM tuşu üzerine basın.



5 veya 6 tuşları üzerine 2 saniyeden fazla basarsanız, istasyonlar çok hızlı bir şekilde ilerler.


2) Radyonun sesini ayarlamak için:

- Sesi artırmak veya azaltmak için ses şiddetini ayarlama düğmesi + veya -  (22) üzerine basın.

TR

« Sunshine® » tan vakti simülatörünüzün 3 uyandırma türüne ve Softsleep moduna giriş:

Sunshine® tan vakti simülatörünüzün 3 farklı uyandırma türü bulunmaktadır: 8, 9 ve 10 bölümlerinde detaylı bir şekilde açıklanmış olan Yumuşak uyandırma, Canlı uyandırma ve Kişiselleştirilmiş uyandırma.

1) YUMUŞAK uyandırma 



45 dakika

« Yumuşak » modu sizi, sarı-turuncu tonlarında yumuşak bir ışık ile birlikte uyandırır. Güneşin doğuşu, uyanma saatinize kadar 45 dakika üzerinde gerçekleşir ve ardından güne gevşemiş ve relaks bir vaziyette başlamak için « zen enerjisi » yayan yumuşak bir müzik sesi yayılır.

2) CANLI uyandırma ☀️

15 dakika

« Canlı » modu sizi, kırmızı-turuncudan açık sarıya doğru giden tonlarda vitaminli bir ışık ile uyandırır. Güneşin doğuşu, uyanma saatinize kadar 15 dakika üzerinde gerçekleşir ve ardından güne pozitif ve enerji dolu başlamak için canlı bir müzik yayılır.

3) KİŞİSELLEŞTİRİLMİŞ uyandırma 🎵

15 - 30 - 45

Bu modda güneşin doğuş süresi ve müzik sesleri ruh halinize göre, güneşin 15, 30 veya 45 dakikada doğuşu ile birlikte eklenebilir.

- SOFTSLEEP fonksiyonu: 🌙

15 - 30 - 60

Soft sleep fonksiyonu sayesinde gece, ışığın kademeli olarak sönebileceği şekilde (15, 30 veya 60 dakika) ayarlayabilirsiniz ve siz de yavaş yavaş uykuya dalırsınız

8-YUMUŞAK uyandırma modunun ayarlanması 🎵 (tuş 8)

Bu uyandırma modunda, 3 ses seçeneğiniz bulunmaktadır:

- (14) - 🎵 Rüzgar içerisinde zil sesi
- (15) - 🎵 Kuş sesleri
- (16) - 🎵 Deniz ve dalgalar

Ayarlama şekli :

- 1 - (8) 🎵 tuşu üzerine 2 saniyeden daha uzun süre basın.
- 2 - Ardından (20) 🎵 tuşu yardımıyla sesleri temsil eden ve yanıp sönen farklı sembolleri görebilirsiniz: (14) 🎵, (15) 🎵 ve (16) 🎵 Bu durumda birkaç saniye çalan farklı sesler duyarsınız.
- 3 - Ses size uygun geldiğinde, (8) tuşu 🎵 ile onaylayın. Eğer bir daha basmazsanız, 7 saniye sonunda ses seçilmiş olacaktır. Sese tekabül eden sembol etkin olduğunu belirtmek üzere yanık kalacaktır.

=> «Yumuşak » uyandırma modu seçildi. Ertesi sabah için bu uyandırma modunun etkinleştirildiğini belirtmek üzere bu moda tekabül eden 🎵 csembölü yanık kalır. Bu modu devre dışı bırakmak için, yeniden (8) tuşu 🎵 üzerine basın.







9-CANLI uyandırma modunun ayarlanması ☀️ (tuş 7)

Bu uyandırma modunda, 2 dinamik ses seç imkânınız bulunmaktadır

- (17) - 🎵 vurgulu çalgılar
- (18) - 🎵 Tibet Gongu

Ayarlama şekli:

- 1 - Tuş (7) ☀️ üzerine 2 saniyeden fazla bir süre basın.

- 2 - Ardından, (20)  20 tuşu yardımıyla sesleri temsil eden ve yanıp sönen farklı sembolleri görebilirsiniz:
 (17)  ve (18)  Bu durumda birkaç saniye çalan farklı sesler duyarsınız.
- 3 - Ses size uygun geldiğinde tuş (7)  ile onaylayın. Eğer bir daha basmazsanız, 7 saniye sonunda ses seçilmiş olacaktır. Sese tekabül eden sembol etkin olduğunu belirtmek üzere yanık kalacaktır.
- => « **Canlı** » uyandırma modu seçildi. Ertesi sabah için bu uyandırma modunun etkinleştirildiğini belirtmek üzere bu moda tekabül eden  sembolü yanık kalır. Bu modu devre dışı bırakmak için, yeniden (7) tuşu  üzerine basın.


10-KİŞİSELLEŞTİRİLMİŞ uyandırma modunun ayarlanması (tuş 9)








Bu uyandırma modunda, arzu ettiğiniz tüm ayarları yapabileceğiniz bulunmaktadır:

- 1 - 5 sesten birinin, radyo veya sadece ışık modunun seçilmesi.
- 2 - Sesin şiddetinin ayarlanması
- 3 - Işığın şiddetinin ayarlanması
- 4 - Işığın yükselme süresinin ayarlanması (15,30 veya 45 dakika)



Ayarlama şekli :

Safha 1 : 5 ses arasından birinin, radyonun veya sadece ışık modunun seçilmesi.

Tuş (9)  üzerine 2 saniyeden fazla bir süre basın. Seslere tekabül eden bütün ışıklı göstergeler yanıp sönmektedir.

- Ardından, (20)  tuşu yardımıyla sesleri temsil eden ve yanıp sönen farklı sembolleri görebilirsiniz: (14)  (15)  (16)  (17)  (18)  ve FM. Bu durumda birkaç saniye çalan farklı sesler duyarsınız.
- Eğer sizi uyandırması için radyoyu seçti iseniz : +/- (5) ve (6) tuşları üzerine basarak kaydedilmiş olan istasyonu değiştirebilirsiniz.
- Arzu ettiğiniz ses veya radyo istasyonunu bulduğunuzda, tuş (9)  ile onaylayın. Eğer bir daha basmazsanız, 7 saniye sonunda seçiminiz onaylanmış olacaktır. Sese tekabül eden sembol etkin olduğunu belirtmek üzere yanık kalacaktır.

Safha 2: Sesin şiddetinin ayarlanması:



- Sesi yükseltmek veya kısmak için +/- ses şiddetini ayarlama düğmesi  (22) üzerine basın. Seçiminizi yaptığınızda tuş (9)  üzerine basın. **Bir sonraki uyandırma için sesin şiddeti ayarlanmıştır.**



Eğer bir sesle değil sadece ışıkla uyandırılmak istiyorsanız: (22)  tuşu yardımıyla ses şiddeti olarak 0'ı seçin.


TR



Safha 3 : Işığın yoğunluğunun ayarlanması :

- Işığın yoğunluğunu azaltmak veya çoğaltmak için +/- ışık yoğunluğunu ayarlama düğmesine  (21) basın. Seçiminizi yaptığınızda tuş 9  üzerine basın. Bir sonraki uyandırma için ışığın yoğunluğu seçilmiştir.

ÖNEMLİ : Tan vakti simülatörünüzün ışığının yoğunluğu dijital ekran üzerinde 0 ile 10 arasında görüntülenmektedir. Seçilen rakam 0 olduğunda ışık kesilir. İlk ayarlamalar esnasında ideal ışık yoğunluğunu seçmeniz belki de çok kolay olmayabilir. Bu ışık yoğunluğu ile sabah uyanacağınızı gözünüzde canlandırmaya çalışın. Tereddüt etmeniz halinde orta yoğunluktaki 5 şiddetini seçin. Bölüm 3'de (b) başlığındaki talimatlara göre seçiminizi her zaman ayarlayabileceğinizi unutmayın.




Safha 4: Işığın yükselme süresinin ayarlanması (15, 30 veya 45 dakika):

- dijital gösterge üzerindeki saat yerine ışığın yükselme süresini belirten bir rakam görüntülenmektedir:15, 30 veya 45 dakika. Bu rakam yanıp sönmektedir. Seçiminizi yapabilmek için +veya - (5) veya (6) tuşları üzerine basın. Tuş (9)  üzerine yeniden basın, ışığın yükselme süresi seçilmiştir.







=> « Kişiselleştirilmiş » uyandırma modu seçildi. Ertesi sabah için bu uyandırma modunun etkinleştirildiğini belirtmek üzere bu moda tekabül eden  sembolü yanık kalır. Bu modu devre dışı bırakmak için, yeniden (9) tuşu  üzerine yeniden basın.

11-Snooze SNOOZE ON/OFF fonksiyonu (Tuş 23)

Cihazınızda bir « SNOOZE » SNOOZE ON/OFF (23) yani « tekrarlama » tuşu bulunmaktadır. Bu tuş hemen kalkmak istemediğinizde alarmin yeniden başlatılmasını sağlar.




- 1) Alarm çalmaya başladığında bir kere SNOOZE tuşu üzerine basın: ses kademeli olarak azalacaktır ve alarm 5 dakika sonra yeniden çalmaya başlayacaktır.
- 2) Bu süre içerisinde, **Snooze fonksiyonunda** olduğunuzu belirtmek üzere seçtiğiniz uyandırma moduna tekabül eden ışıklı sembol  veya  veya , yanıp sönecektir.

- Tan vakti simülatorünüzü **tamamen kapatmak** için= Snooze tuşu üzerine 2 saniyeden daha uzun süre basın. Bu durumda çalar saatiniz kapanmıştır ve ertesi gün **otomatik olarak etkinleşecektir**.



=> Alarmin ertesi sabah için etkin durumda olduğunu belirtmek üzere  veya  veya , ışıklı sembolü yanık kalır. Ertesi sabah için alarmin devre dışı bırakmak istiyorsanız, seçilen uyandırma moduna tekabül eden düğme  veya  veya  üzerine basmanız yeterlidir. Alarmin devre dışı bıraktığını belirtmek üzere ışıklı sembol sönecektir.

12-SOFTSLEEP fonksiyonunun ayarlanması (tuş 10)

SOFTSLEEP veya « güneşin batışı » fonksiyonunun ayarlanması:

- Tuş (10)  üzerine basın: 15 dakikalık süreye tekabül eden ışıklı göstergesi (11) yanar. 5 saniye sonra, « güneşin batışı » etkisi başlar, siz uyuyana kadar 15 dakika boyunca size eşlik eder.
- Eğer 30 dakikalık bir « güneşin batışı » etkisi istiyorsanız, yeniden (10)  tuşu üzerine basın : (12) ışıklı göstergesi yanar. 5 saniye sonra, « güneşin batışı » etkisi başlar, siz uyuyana kadar 30 dakika boyunca size eşlik eder.
- Eğer 60 dakikalık bir « güneşin batışı » etkisi istiyorsanız, yeniden (10)  tuşu üzerine basın : (13) ışıklı göstergesi yanar. 5 saniye sonra, « güneşin batışı » etkisi başlar, siz uyuyana kadar 60 dakika boyunca size eşlik eder.

HER AN

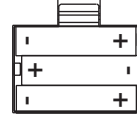
- SNOOZE ON/OFF (23) SNOOZE ON/OFF tuşu = Işığı açmak veya kapatmak için
- Ses ayarlama tuşu (22)  = sesi veya radyonun sesini artırmak veya kırmak için
- Işığı ayarlama tuşu (21)  = ışığın şiddetini artırmak veya azaltmak için
- Radyo dinlemek için: (4) FM tuşu üzerine basın: radyo açılır. Radyoyu kapatmak için: (4) FM tuşu üzerine basın: radyo kapanır.

13-Pillerin deęiřtirilmesi

SUNSHINE® cihazınız elektrięe baęlı olarak çalıřmaktadır, bununla birlikte tan vakti simülatörünüz içerisinde öngörölmüş olan piller, elektrik kesintisi halinde ayarlamış olduęunuz tüm parametrelerin hafızada kalmasını saęlamak için bir emniyettir.

- Asla yeni bir pille eski bir pili beraber kullanmayın.
- SUNSHINE® cihazınız için 3 adet LR3 AAA pil gerekmektedir (ürünle birlikte verilmez).
- Sadece LR3 AAA piller kullanın.

- Pilleri deęiřtirdięinizde, pil yuvasında belirtilen yönlere dikkat edin (izim) :



- Bořaldıklarında veya cihazı uzun süre kullanmamayı düşündüęünüzde pilleri çıkarın.

14-Bakım

- Cihazınız çok az bakım gerektirmektedir. Kuru veya hafif nemli bir bez yardımıyla temizleyebilirsiniz.
- Temizledięiniz kısımları özenle kurulamaya dikkat ediniz.
- Cihazınızı asla suya batırmayın.

15-evre korumasına katılım!

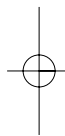
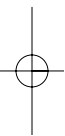


- Bu cihaz çok sayıda deęerlendirilebilir veya geri dönüřtürülebilir materyal içermektedir. İşlenmesi için cihazı bir toplama noktasına veya yoksa yetkili bir servis merkezine götürünüz.

16-Sorun olması halinde

- Cihaz alıřmıyor.
Fiřin elektrik prizine takılmış olmasını kontrol edin.
Prizin alıřıyor olmasını kontrol edin.
- Cihaz benim ayarlarımı kaydetmiyor => Fiřini elektrik prizinden ekerin ve yeniden takın. Ardından ayarlamalarınıza yeniden başlayabilirsiniz.
- Alarm harekete geçti ama ben ses duymadım => ses řiddeti 0 üzerine veya çok düşük bir seviyeye ayarlanmış olabilir. Bölüm 3'deki (b) bařlıęına bakınız.
Veya alarmı devre dıřı bırakmış olabilirsiniz. Etkinleřtirmek için bölüm 5'e bakınız.
- Radyo alıřmıyor veya hiřırtılı sesler geliyor => anten kablosu (27) belki iyi açılmamıştır.
- Beni uyandırmak için programlanan radyo çalıřmadı => Alarmı devre dıřı bırakın, doęru çalıřıyor olmasını kontrol etmek için radyoyu aın. Anten kablosunun (27) iyi açılmış olmasını kontrol edin.
- Tan vakti simülatörünüzün saati yanıp sönüyor. Belki bir elektrik arızası vardır ya da piller eskimiştir => Pillerinizi kontrol edin ve gerekirse deęiřtirin.

TR



1800116778 / 35-09 - EV7009

