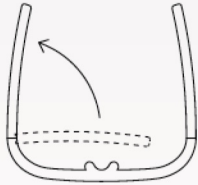


Snelstartgids

STAP EEN

Open de lichttherapiebril om AYO te gebruiken



Door de brilpoten van de AYO lichttherapiebril te openen, gaat het licht aan voor een sessie van 20 minuten. Als AYO 5 keer knippert, betekent dit dat hij moet worden opgeladen. Laad hem op door de meegeleverde USB-C-kabel aan te sluiten op de linkerpoot van de lichttherapiebril.

STAP TWEE

Pas het neusstuk aan, zodat AYO perfect past



Nee - Te hoog
Het licht zal je ogen niet kunnen bereiken.



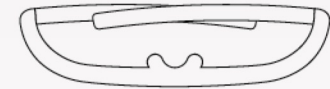
Ja - Perfect
De AYO lichttherapiebril zit comfortabel en blokkeert je zicht niet.



Nee - Te laag
De AYO lichttherapiebril blokkeert je zicht.

STAP DRIE

AYO uitschakelen



Zodra de sessie is afgelopen, wordt de AYO automatisch uitgeschakeld. Sluit de brilpoten en open ze pas weer bij een nieuwe sessie. Wanneer je de AYO niet gebruikt, is het raadzaam de lichttherapiebril in de gesloten AYO-case te bewaren.



Slaap Beter

Gebruik AYO 's ochtends bij het ontwaken, als je 's ochtends moeite hebt om wakker te worden of als je 's avonds lang wakker ligt.

Heb je moeite om 's avonds wakker te blijven of word je te vroeg wakker? Gebruik de AYO lichttherapiebril 1 tot 2 uur voordat je naar bed gaat.



Energieboost

Gebruik AYO tijdens de dag bij vermoeidheid of om beter te presteren.



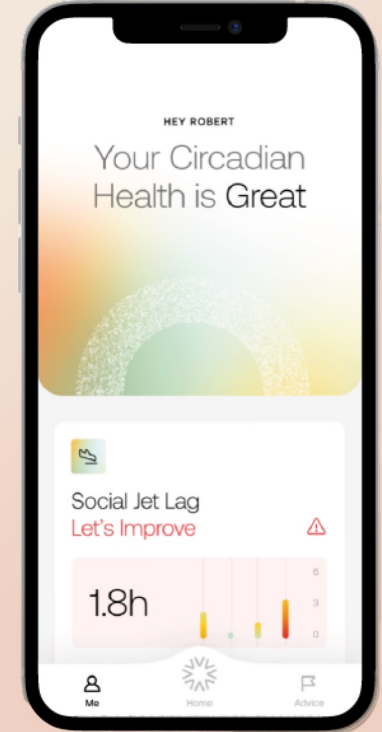
Omarm Wellness

Last van de winterblues? Gebruik de AYO lichttherapiebril in de ochtend en/of tijdens de dag als je een oppepper kan gebruiken.

AYO App

De effecten van AYO zijn afhankelijk van persoonlijke omstandigheden en kunnen variëren. Positieve effecten worden meestal binnen de eerste paar dagen tot enkele weken ervaren.

Download de AYO-app* om het meeste uit je AYO te halen, begeleiding te krijgen en je natuurlijke ritme te begrijpen*.



*Voor de AYO-app is mogelijk een betaald abonnement vereist.

Google Play en het Google Play-logo zijn handelsmerken van Google LLC. App Store en het App Store-logo zijn handelsmerken van Apple.