

Capteur de sommeil & Domotique



S'installant simplement et en une seule fois sous votre matelas, Sleep est un capteur qui contribue à améliorer votre qualité de sommeil en mesurant vos cycles de sommeil et votre rythme cardiaque, ainsi qu'en détectant vos ronflements. Découvrez comment améliorer votre sommeil grâce au score de sommeil et Rituel de Sommeil, un programme de coaching dédié disponible dans l'application Health Mate. Vous pouvez également optimiser votre environnement de sommeil grâce aux fonctionnalités domotiques de Sleep.

Fonctionnalités

Un suivi avancé du sommeil

Analyse des cycles de sommeil (profond, léger, paradoxal), mesure de la fréquence cardiaque et détection des ronflements. Les algorithmes utilisés pour l'analyse des données ont été validés avec l'aide d'experts du sommeil.

Une qualité de sommeil améliorée

Chaque matin, découvrez votre score de sommeil dans l'application Heath Mate pour savoir si votre nuit a été réparatrice.

Optimisez votre environnement de sommeil

Grâce à la plateforme IFTTT, Withings Sleep contrôle la température, allume ou éteint les lumières et d'autres dispositifs domotiques lorsque vous vous levez ou vous couchez.

Programme dédié

En vous aidant à retrouver un équilibre dans vos habitudes de sommeil, le programme d'accompagnement Rituel de Sommeil intégré à l'application vous permet de réduire votre fatigue, d'améliorer votre santé et de contrôler votre poids.

Il ne vous reste qu'à vous endormir

Avec Sleep, nul besoin de changer vos habitudes : le capteur s'installe en une seule fois sous le matelas. À votre réveil, retrouvez toutes vos données de sommeil dans l'application grâce à la synchronisation automatique en Wi-Fi.

Spécifications

Mesures

Durée du sommeil, endormissement et temps nécessaire au réveil

Cycles de sommeil : profond, léger, paradoxal
Rythme cardiaque continu et moyen

Durée des ronflements

Score de sommeil

iPhone, iPad, ou iPod Touch avec iOS 10 et plus récent, ou smartphone/tablette avec Android 5 et plus récent.

Installation impossible depuis un ordinateur.

Stockage gratuit et illimité des données en ligne sur le compte Stockage local des données entre les synchronisations

Prix et disponibilité

99,95€

En ligne

withings.com, amazon.com

En magasin

Fnac et Darty