



## Lichtdusche

10026416

# KLARSTEIN

Sehr geehrter Kunde,

wir gratulieren Ihnen zum Erwerb Ihres Gerätes. Lesen Sie die folgenden Hinweise sorgfältig durch und befolgen Sie diese, um möglichen Schäden vorzubeugen. Für Schäden, die durch Missachtung der Hinweise und unsachgemäßen Gebrauch entstehen, übernehmen wir keine Haftung.

## Technische Daten

Artikelnummer	10026416
Stromversorgung	220-240 V ~ 50-60 Hz
Lichtintensität (maximal)	10.000 Lux

## Sicherheitshinweise

Zur Reduzierung der Gefahr von Brand, elektrischem Schlag und Beschädigung:

- Setzen Sie dieses Gerät nicht dem Regen aus.
- Stellen Sie keine mit Flüssigkeiten gefüllten Gefäße, wie Vasen, auf dieses Gerät.
- Ausschließlich das empfohlene Zubehör verwenden.
- Reparieren Sie dieses Gerät nicht selbst.
- Wenden Sie sich zur Wartung an qualifiziertes Kundendienstpersonal.
- Lassen Sie keine Gegenstände aus Metall in dieses Gerät fallen.

### Netzkabel/Netzteil

- Schließen Sie das Gerät nur an Steckdosen an, die der auf dem Gerät angegebenen Spannung entsprechen.
- Stecken Sie den Netzstecker vollständig in die Steckdose ein.
- Ziehen Sie nicht am Kabel, knicken Sie es nicht und stellen Sie keine schweren Gegenstände darauf.
- Fassen Sie den Stecker nicht mit nassen Händen an.
- Fassen Sie den Stecker beim Herausziehen an seinem Korpus an.
- Verwenden Sie keinen beschädigten Netzstecker oder eine beschädigte Steckdose.
- Installieren Sie dieses Gerät so, dass das Netzkabel sofort aus der Steckdose gezogen werden kann, wenn Störungen auftreten.

### Kleine Objekte/Verpackungsteile

Bewahren Sie die kleine Objekte (z.B. Schrauben und anderes Montagematerial, Speicherkarten) und Verpackungsteile außerhalb der Reichweite von Kindern auf, damit sie nicht von diesen verschluckt werden kann. Lassen Sie kleine Kinder nicht mit Folie spielen. Es besteht Erstickengefahr!

### Aufstellung

- Stellen Sie das Gerät auf eine trockene, ebene, wasserfeste und hitzebeständige Oberfläche.
- Die Steckdose muss leicht zugänglich sein, um im Notfall das Gerät schnell vom Stromkreis trennen zu können.

- Installieren oder positionieren Sie dieses Gerät nicht in einem Bücherregal, Einbauschränk oder einem sonstigen engen Raum. Stellen Sie eine gute Belüftung des Gerätes sicher.
- Stellen Sie das Gerät nicht auf Verstärker oder andere Geräte, die heiß werden können. Diese Hitze könnte das Gerät beschädigen.
- Setzen Sie dieses Gerät keinem direkten Sonnenlicht, hohen Temperaturen, starker Feuchtigkeit und übermäßigen Erschütterungen aus.

### Stromversorgung

- Das Gerät kann mit Wechselstrom von 220 - 240 V betrieben werden.
- Verwenden Sie aber einen geeigneten Steckeradapter, wenn der Stecker nicht in die Netzsteckdose passt.

### Bestimmungsgemäßer Gebrauch

- Dieses Gerät dient als Lichtquelle. Es ist ausschließlich für diesen Zweck bestimmt und darf nur zu diesem Zweck verwendet werden. Es darf nur in der Art und Weise benutzt werden, wie es in dieser Gebrauchsanleitung beschrieben ist.
- Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und/oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhielten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist. Kinder sollten beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.

### Transport des Gerätes

Bitte bewahren Sie die Originalverpackung auf. Um einen ausreichenden Schutz beim Transport des Gerätes zu erreichen, verpacken Sie das Gerät in der Originalverpackung.

### Reinigung

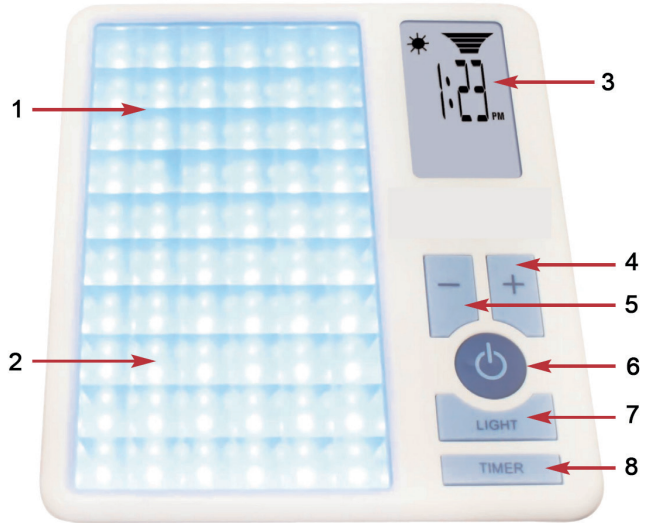
Verwenden Sie keine flüchtigen Flüssigkeiten, wie Insektensprays. Durch zu starken Druck beim Abwischen können die Oberflächen beschädigt werden. Gummi- oder Plastikteile sollten nicht über einen längeren Zeitraum mit dem Gerät in Kontakt sein. Reinigen Sie das Gerät und die Etagen mit Hilfe eines weichen Lappens und warmem Wasser, ggf. einer Seifenlauge. Tauchen Sie die Basis nie unter Wasser.

### Reparaturen





- Reparaturen am Gerät sollten nur von einer autorisierten Fachwerkstatt durchgeführt werden.
- Ein Umbauen oder Verändern des Produktes beeinträchtigt die Produktsicherheit. Verletzungsgefahr!
- Öffnen Sie das Produkt niemals eigenmächtig und führen Sie Reparaturen nie selber aus!
- Falscher Zusammenbau führt möglicherweise zu Fehlfunktionen oder dem Totalausfall.
- Öffnen Sie in keinem Fall das Gerät.
- Es wird keine Haftung für Folgeschäden übernommen. Technische Änderungen und Irrtümer vorbehalten!
- Die Gewährleistung verfällt bei Fremdeingriffen in das Gerät.

# Geräteübersicht

- 1 60 blaue LEDs
- 2 Anti-glare-Reflektor/  
Diffusor
- 3 LCD Bildschirm
- 4 [+] Zum Erhöhen der LED-  
Intensität und zum Einstellen  
der Behandlungsdauer / Uhr
- 5 [-] Zum Verringern der LED-  
Intensität und zum  
Einstellen der  
Behandlungsdauer / Uhr.
- 6 An/Aus: Gerät ein- und  
ausschalten
- 7 Licht
- 8 Timer: Einstellen der  
Behandlungsdauer



## Displayanzeigen

 	Behandlungsdauer Zeit-Anzeige
	Akkuladungs-Anzeige
	LED-Intensitäts-Anzeige
	Das Sonnensymbol ist immer eingeschaltet

# Inbetriebnahme und Bedienung

## Akku-Ladung

- Keine Balken bedeuten eine Ladung von unter 20%. Das Gerät sollte aufgeladen werden.
- Ein blinkendes Symbol ohne Balken bedeutet, dass der Akku leer ist. Das Gerät muss aufgeladen werden, da es sich ansonsten selbst abschaltet.
- Ein Balken signalisiert eine Ladung von 20% - 40 %.
- Zwei Balken signalisieren eine Ladung von 40% - 80 %.
- Drei Balken signalisieren eine Ladung von 80% - 100 %.

## Den Akku laden

- Verbinden Sie das Netzteil mit dem Gerät und sodann mit der Steckdose.
- Die erste Ladung sollte mindestens 12 Stunden betragen. Das erneute Aufladen dauert ca. 5-6 Stunden.
- Die Akku-Anzeige wird während des Ladens blinken. Bei voller Ladung stoppt sie zu blinken und zeigt drei Balken an.

## Wie Sie das Blue Sun LED-Licht richtig aufstellen

- Sie sollten in einem bequemen Stuhl vor einem Tisch oder Schreibtisch sitzen.
- Stellen Sie das Blue Sun LED-Licht links oder rechts vor Ihnen in einem Winkel von ca. 45° auf (siehe Abbildung).
- Stellen Sie die Stütze so ein, dass sich das Gerät auf Ihrer Augenhöhe befindet.
- Das LED-Licht sollte in einem Abstand zwischen 50cm und 70cm zu Ihnen stehen.
- Ihre Umgebung sollte gut beleuchtet sein, entweder durch natürliches Tageslicht oder durch künstliche Beleuchtung, wenn es zu dunkel ist.
- Sie können während der Benutzung Ihre Aktivitäten wie gewohnt vollziehen. Lesen, schreiben oder einen Fernseher/Computer verwenden.

## Einfache Bedienung

1. Drücken Sie die runde An/Aus-Taste. Das Display zeigt „12:00“ an.
2. Drücken Sie mit einem Finger auf die Timer-Taste und halten Sie sie gedrückt. Drücken
3. Sie mit einem anderen Finger auf die Tasten + oder -, um die Zeit einzustellen.
4. Halten Sie die Tasten + bzw. - gedrückt, um die Zeit schneller umzustellen.

## Manuelle Bedienung

Drücken Sie die Licht-Taste, um die blauen LEDs einzuschalten. Drücken Sie + oder -, um die Intensität wie gewünscht einzustellen. Drücken Sie die Licht-Taste erneut, um die LEDs wieder abzuschalten. Schalten Sie das Gerät mit der An/Aus-Taste ab. Wenn Sie vergessen, das Gerät abzuschalten, schaltet es sich nach einer gewissen Zeit automatisch ab.

## Bedienung mit Zeiteinstellung

1. Drücken Sie die Timer-Taste. Das Timer-Symbol erscheint auf dem Display. Darunter blinken standardmäßig 10 Minuten.
2. Drücken Sie + oder -, um die gewünschte Zeit einzustellen (bis zu 60 Minuten). Die blauen LEDs schalten sich nach 5 Sekunden automatisch ein.
3. Um die Zeit zurückzusetzen, müssen Sie zuerst die Licht-Taste drücken, um die LEDs abzuschalten. Drücken Sie darauf die Timer-Taste erneut und drücken Sie + oder -, um die gewünschte Zeit einzustellen.
4. Die verbleibende Dauer der Sitzung wird auf dem Display angezeigt. Nach Ablauf dieser Zeit schalten sich die LEDs automatisch ab.
5. Auto-Memory: Das Blue Sun LED-Licht merkt sich automatisch die Zeit und die Intensität Ihrer letzten Sitzung.

## Reset-Taste

Mit dieser Taste können Sie das Gerät auf die Werkseinstellungen zurücksetzen. Die Reset-Taste befindet sich auf der Rückseite des Geräts. Stecken Sie die Spitze eines Kugelschreibers hinein, bis Sie ein Klicken hören.

## Wann Sie das Blue Sun LED-Licht verwenden sollten

- Wenn Sie sich generell betrübt und kraftlos fühlen, besonders in den dunklen Wintermonaten. In diesem Fall wird Ihnen eine tägliche, 30-minütige Sitzung bei einer Intensität von 50% helfen. Diese hilft dabei, den Mangel an Sonnenschein zu kompensieren.
- Licht beeinflusst Ihren Tag-Nacht-Rhythmus, die so genannte innere Uhr. Das bedeutet, der Körper wacht auf und alle seine Funktionen sind während der Tageslicht-Stunden aktiv. Bei Dunkelheit fährt der Körper herunter, alle Funktionen reduzieren sich, bis der Körper sozusagen in den Schlaf-Modus übergeht. Darum fällt es Ihnen während der Sommer-Monate leichter aufzuwachen, wenn es morgens hell ist.
- Mit dem Stress des modernen Lebens geraten kann Ihre innere Uhr aus dem Rhythmus geraten. Sie können die Blue Sun verwenden, um Ihre innere Uhr Ihrem Tagesrhythmus anzupassen.
- Es wird empfohlen, immer bei einer Intensität von 50% zu starten und diese dann gegebenenfalls anzupassen.

## Aufwachen und Schlafen

Wenn Sie vor Ihrem Fernseher eingeschlafen sind und darauf Schwierigkeiten haben, im Bett weiterzuschlafen, verwenden Sie das Gerät 30 Minuten während des Fernsehens. Es ist nun weniger wahrscheinlich, dass Sie vor dem Fernseher einschlafen und viel wahrscheinlicher, dass Sie im Bett einschlafen.

Wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie zu früh zu Bett gehen und darum morgens zu früh wach werden, können Sie das LED-Licht dazu verwenden, abends länger wach zu bleiben. Wenn Sie morgens Schwierigkeiten haben aufzustehen und sich langsam und schläfrig fühlen, hilft Ihnen eine 30-minütige Sitzung nach dem Aufwachen. Sie werden sich erfrischt und bereit für den Tag fühlen.

## Schicht-Arbeit

Wenn Sie beim Beginn der Nacht-Schicht Schwierigkeiten haben, wach zu bleiben, dann verwenden Sie das LED-Licht für 30 Minuten vor Beginn der Schicht und für weitere 15 Minuten, wenn Sie sich während der Schicht schläfrig fühlen. Sie sollten Ihre innere Uhr dabei unterstützen, sich dem Rhythmus anzupassen. Verwenden Sie wenn möglich helles Licht wenn Sie von der Nacht-Schicht kommen. Dabei kann das Tragen einer Sonnenbrille helfen. Das hilft Ihnen zuhause beim Einschlafen. Wenn Sie vor der Nacht-Schicht geschlafen haben, wird Ihr Körper danach dennoch schlafen wollen weil er diese Routine gewohnt ist. Verwenden Sie das LED-Licht, um sich bis zum Abend wach zu halten.

## Jet-Lag

Fernreisen nach Ost oder West durch mehrere Zeitzonen bringen Ihre innere Uhr sehr durcheinander. Es ist generell besser morgens anzukommen als abends. Schlafen Sie wenn möglich im Flugzeug. Bleiben Sie nach der Ankunft so lange wie möglich wach. Bestmöglich durch natürliches Tageslicht. Ihr Blue Sun LED-Licht kann Sie dabei unterstützen, bis zum Abend wach zu bleiben.

## Reinigung

Verwenden Sie nur ein weiches, trockenes Tuch. Verwenden Sie kein feuchtes oder nasses Tuch. Verwenden Sie keine Reinigungsmittel. Achten Sie darauf, das Gerät nicht zu zerkratzen.

## Hinweise zur Entsorgung



Befindet sich die linke Abbildung (durchgestrichene Mülltonne auf Rädern) auf dem Produkt, gilt die Europäische Richtlinie 2002/96/EG. Diese Produkte dürfen nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden. Informieren Sie sich über die örtlichen Regelungen zur getrennten Sammlung elektrischer und elektronischer Gerätschaften. Richten Sie sich nach den örtlichen Regelungen und entsorgen Sie Altgeräte nicht über den Hausmüll. Durch die regelkonforme Entsorgung der Altgeräte werden Umwelt und die Gesundheit ihrer Mitmenschen vor möglichen negativen Konsequenzen geschützt. Materialrecycling hilft, den Verbrauch von Rohstoffen zu verringern.

## Konformitätserklärung

Hersteller: Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Deutschland.



Dieses Produkt entspricht den folgenden Europäischen Richtlinien:  
2014/30/EU (EMV)  
2014/35/EU (LVD)  
2011/65/EU (RoHS)

Dear Customer,

Congratulations on purchasing this equipment. Please read this manual carefully and take care of the following hints to avoid damages. Any failure caused by ignoring the mentioned items and cautions mentioned in the instruction manual are not covered by our warranty and any liability.

## Technical Data

Item number	10026416
Power supply	220-240 V ~ 50-60 Hz
Light intensity (MAX)	10.000 Lux

## Safety Instructions

To reduce the risk of fire, electric shock and damage:

- Do not expose this device to rain.
- Do not place objects on the unit filled with liquids, such as vases.
- Use recommended accessories only.
- Do not repair this device yourself. Refer repairs to qualified service personnel.
- Do not drop any metal objects into this unit.
- Do not place heavy objects on top of this unit.

### Power cord / power supply

- Make sure that the power supply voltage corresponds to the specifications on this unit.
- Plug the power cord into the outlet securely.
- Do not pull the cable, do not bend it and do not place heavy objects on it.
- Do not handle the plug with wet hands.
- Grasp the plug when pulling out of the electrical outlet.
- Do not use a damaged power plug or a damaged electrical outlet.
- Install this unit so that the power cord can be unplugged immediately when a problem occurs.

### Small objects / Packaging Parts

Store small objects (eg screws and other mounting hardware, memory cards) and packaging parts out of the reach of children. Do not let you play with the film. Risk of suffocation!

### Location

- Set the appliance on a dry, flat, waterproof and heat-resistant surface.
- The socket must be readily accessible to disconnect the unit quickly in an emergency from the electrical circuit.



- Do not install or position this unit in a bookcase, built-in wardrobe or any other confined space. Ensure good ventilation of the unit.
- Do not place near to an amplifier or other equipment that may be hot. The heat can damage the unit.
- Do not expose this unit to direct sunlight, high temperatures, excessive moisture and excessive vibration.

### Power Supply

- The power adapter can operate on AC 220-240 V only. Use a suitable plug adapter if the plug does not fit into the power outlet.

### Intended Use

- This device is used for producing light. It is exclusively meant for this purpose and must only be used for this purpose. It may only be used in the manner as described in this manual.
- This product is not designed for use by persons (including children) who have reduced physical, sensory or mental capacities or persons with no experience or knowledge, unless they are instructed and supervised in the use of the appliance by a person responsible for their safety.

### Transport

- Please keep the original packaging. To an adequate protection during transport of the device, pack the unit in its original packaging.

### Cleaning

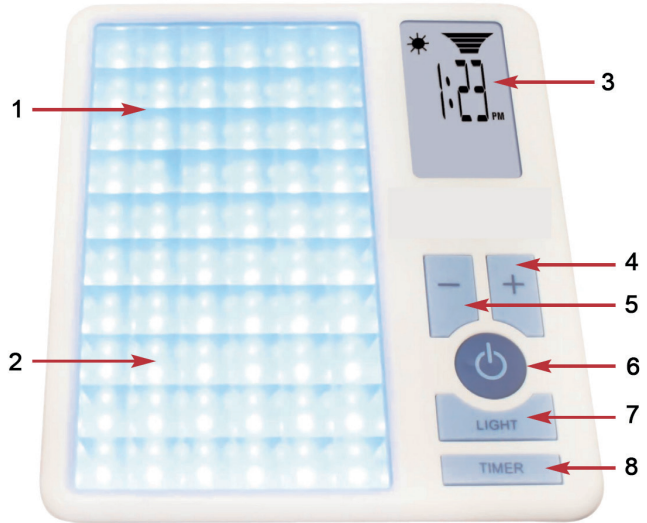
Do not use volatile liquids, such as insecticide spray. Don't clean the surface with strong pressure otherwise it could get damaged. Rubber or plastic should not be in contact with the device over a longer period. Clean the appliance and the floor using a soft cloth and warm water, if necessary, a soap solution. Never submerge the base in water or any other liquid.

### Repairs





- Repairs to the appliance should only be carried out by an authorized service center.
- A remodeling or modification of the affected product safety. Risk of injury!
- Open the product never arbitrarily and perform repairs never yourself!
- Incorrect reassembly may result in malfunction or total failure.
- Open in no case the unit. We assume no liability for consequential damages. The warranty expires at foreign interference with the device.

# Product Description

- 1 60 blue LEDs
- 2 Anti-glare-Reflektor/  
Diffuser
- 3 LCD Screen
- 4 [+] to increase the LED  
intensity and set the Timer
- 5 [-] to decrease the LED  
intensity and set the Timer
- 6 ON/OFF
- 7 Light
- 8 Timer: to set the  
treatment duration



## Display Indication

	Treatment session timer indicator
	Battery capacity / charge indicator
	LED intensity indicator
	Sun Symbol will always remain on

# Use and Operation

## Charge Battery

1. Connect the dc plug of adapter to the unit. Plug in the adapter to the wall socket.
2. The initial charge should be a minimum of 12 hours. Subsequent re-charging will take 5-6 hours.
3. Battery indicator on LCD screen will flash whilst charging and stop flashing indicating 3 bars when fully charged.

## Position your Klarstein Blue Sun Correctly

- You should sit in a comfortable chair in front of a table or desk.
- Place Blue Sun at an angle of around 45° to the left or right of your vision directly in front of you. (See diagram 1).
- Adjust stand so LED's are directed to your eye level.
- Blue Sun should be positioned NOT CLOSER than 50cm (20 inches), AND NOT FURTHER than 70cm (30 inches) from your eyes.
- The environment where you are using Blue Sun should be a well lit room – Natural daylight or electric lighting if it is dark.
- You can carry on doing normal activities whilst using Blue Sun ie. Reading, writing, using a computer or watching TV.

## Easy Operation

1. Press the round power button to turn on. LCD display will indicate 12:00.
2. To set the time press timer button using finger of one hand and hold down, whilst at the same time press + or – button with finger of other hand to adjust time.

If you keep + or – button depressed, display will move very quickly! You will not need to set time again even if unit is switched off. It will memorise the time set.

## Manual Operation

Press light button and Blue LED's will come on. Press + or – button to required level of intensity. There are 4 setting which are indicated on the LCD display. Press light button to switch off LED's after you have ended your session. Switch power button OFF and LCD display will disappear. (If you forget to turn power OFF, it will Auto switch off.)

## Timed Session

- Press timer button and timer symbol will appear on LCD screen with default time of 10 mins underneath which will flash.
- To adjust required length of session press + or – button. (Up to 60 mins) Blue LED's will automatically come on after 5 seconds.
- If you want to re-set session time again press light button so LED's go off. Press timer button again and the + or – button to select required session length. Session length time will count down on the LCD screen.
- LED's will go off after your selected session length has ended.
- Auto Memory The Blue Sun will automatically remember time, LED intensity and session length from your last session.

## Re-Set Button

The re-set button is located at the back of the unit. Insert tip of ball point pen and press until you here “click”. Unit will re-set to factory settings.

## When you should use Klarstein Blue Sun

- If you are feeling generally rather “down” and “lacking in energy” particularly during the dark winter months – you may benefit greatly from a daily session of around 30 minutes using SAD Solutions Blue Sun at 50% intensity. This will help compensate for the lack of natural sunshine.
- Light affects your circadian rhythm or body clock. In simple terms this means the body “wakes up and all functions are fully on” during daylight hours. During darkness the body “slows down” and all functions reduce until it goes into “sleeping mode”.
- This is why you may find it easier to wake up and start your day in summer months when it is light. Conversely in winter when it is dark, you may feel less inclined to wake up.
- With the stresses of modern day life, your natural circadian rhythm and body clock can go out of sync.
- It is possible to use Klarstein Blue Sun to re-set your body clock to suit your routine and lifestyle. Below are some examples of how Klarstein Blue Sun can be very effective.
- It is recommended that you start using Blue Sun at 50% intensity and gradually increase to your comfort level.

## Waking Up and Sleeping

- If you fall asleep in front of the TV and when you go to bed have difficulty sleeping – then use Blue Sun for 30 mins while you are watching TV and you are less likely to go to sleep in your armchair and more likely to sleep when you go to bed.
- If you find yourself going to bed early, and then waking up too early in the morning, then also use Blue Sun to keep you awake longer in the evening. You are then more likely to wake up later.
- If you find it difficult to wake up in the morning, and feel “slow and drowsy” then try a 30 minute session of Blue Sun when you wake up – then you will feel refreshed and ready to start your day.

## Shift Work

- If you have trouble staying awake particularly at the start of a night shift routine then use Blue Sun for 30 minutes before you start work and repeat for another 15 minutes during the night if you start to feel drowsy.
- This should help your body clock adjust to this new routine. If possible avoid bright light when coming off a night shift and preferably wear sun glasses. You may find this helps you go to sleep when you return home.
- After coming off a night shift schedule, the temptation is to fall asleep because your body clock is used to this routine. Use Blue Sun to keep you awake until evening – and again this will help re-set your body clock so you sleep at night rather than during the day.

## Jet Lag

Long distance air travel East or West across different time zones can play havoc with your body clock. As a general tip try planning your arrival time at your destination in the morning rather than the evening. Sleep on the plane if you are able. Then try to keep awake for as long as possible after you reach your destination, preferably in natural daylight – and using your Blue Sun can be a great help in keeping you awake until it gets dark.

## Cleaning

Use a soft dry cleaning cloth only. Do not use a damp cloth, or any cleaning solution. Take care not to scratch the lens.

## Hints on Disposal



According to the European waste regulation 2002/96/EG this symbol on the product or on its packaging indicates that this product may not be treated as household waste. Instead it should be taken to the appropriate collection point for the recycling of electrical and electronic equipment. By ensuring this product is disposed of correctly, you will help prevent potential negative consequences for the environment and human health, which could otherwise be caused by inappropriate waste handling of this product. For more detailed information about recycling of this product, please contact your local council or your household waste disposal service.

## Declaration of Conformity

Producer: Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Germany.



This product is conform to the following European Directives:  
2014/30/EU (EMC)  
2014/35/EU (LVD)  
2011/65/EU (RoHS)

Chère cliente, cher client,

Toutes nos félicitations pour l'acquisition de ce nouvel appareil. Veuillez lire attentivement et respecter les instructions de ce mode d'emploi afin d'éviter d'éventuels dommages. Nous ne saurions être tenus pour responsables des dommages dus au non-respect des consignes et à la mauvaise utilisation de l'appareil.

## Fiche technique

Numéro d'article	10026416
Alimentation électrique	220-240 V ~ 50-60 Hz
Intensité lumineuse (maximale)	10.000 Lux

## Consignes de sécurité

Pour réduire les risques d'incendie, d'électrocution ou de détérioration :

- Ne jamais exposer cet appareil à la pluie.
- Ne pas poser de récipient rempli de liquide sur l'appareil, comme par exemple un vase.
- Utiliser exclusivement les accessoires recommandés.
- Ne pas réparer l'appareil soi-même.
- Se tourner vers un service après-vente qualifié pour la maintenance de l'appareil.
- Ne pas introduire d'objet métallique dans cet appareil.

Cordon d'alimentation / bloc d'alimentation

- S'assurer que la tension de l'alimentation électrique correspond aux valeurs indiquées sur l'appareil.
- Enfoncer complètement la fiche d'alimentation dans la prise de courant.
- Ne pas débrancher l'appareil en tirant sur le cordon d'alimentation, ne pas le tordre et ne pas poser d'objet lourd dessus.
- Ne pas toucher la fiche d'alimentation avec des mains humides.
- Tirer sur la fiche d'alimentation pour débrancher l'appareil.
- N'utiliser aucune fiche d'alimentation ou prise de courant endommagées.
- Installer l'appareil de sorte à pouvoir débrancher immédiatement le cordon d'alimentation de la prise en cas de dysfonctionnement.

Petits objets / éléments d'emballage (sac plastique, carton, etc.)

Tenir les petits objets (par exemple les vis et le matériel d'assemblage, les cartes mémoire) et le matériel d'emballage hors de la portée des enfants pour éviter qu'ils ne les avalent. Empêcher les enfants de jouer avec les films de protection. Il existe un risque d'étouffement !

Installation

- Installer l'appareil sur une surface sèche, plane, étanche et thermorésistante.
- La prise de courant doit être facile d'accès pour permettre de mettre rapidement l'appareil hors-circuit en cas d'urgence.

- Ne pas installer ou placer cet appareil sur une étagère de bibliothèque, dans une armoire encastrée ou dans tout autre lieu exigü. S'assurer que l'appareil bénéficie d'une bonne aération.
- Ne pas poser l'appareil sur un amplificateur ou sur tout autre appareil susceptible de chauffer. La chaleur peut endommager l'appareil.
- Ne pas exposer cet appareil à la lumière du soleil, à des températures élevées, à une forte humidité ou à des secousses démesurées.

### Alimentation électrique

- L'appareil fonctionne sur un courant alternatif de 220 - 240 V.
- Utiliser un adaptateur de prise adapté si la fiche n'entre pas dans la prise de courant.

### Utilisation conforme

- Cet appareil sert de source lumineuse. Il a été conçu uniquement dans ce but et doit être utilisé exclusivement dans ce but. Il doit être utilisé uniquement conformément aux instructions de ce mode d'emploi.
- Les enfants ainsi que les personnes dont les capacités physiques, mentales ou sensorielles sont réduites, ou qui présentent une expérience et/ou des connaissances insuffisantes, doivent utiliser l'appareil uniquement s'ils sont surveillés par la personne responsable de leur sécurité, ou s'ils ont assimilé les consignes d'utilisation de l'appareil que cette personne leur a fournies. Surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.

### Transport de l'appareil

Conserver l'emballage d'origine. Pour garantir une protection suffisante de l'appareil pendant son transport, emballer l'appareil dans son emballage d'origine.

### Nettoyage

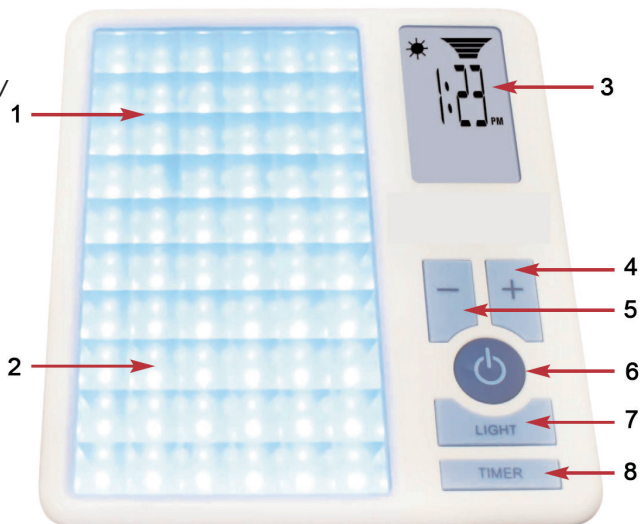
Ne pas utiliser de liquides volatiles comme ceux contenus dans les bombes insecticides. Une pression trop importante exercée sur la surface de l'appareil pendant le nettoyage peut l'endommager. Éviter le contact prolongé du caoutchouc ou du plastique avec l'appareil. Utiliser un chiffon sec.

### Réparations





- Seul un atelier spécialisé autorisé est habilité à effectuer des réparations sur l'appareil.
- Tout démontage ou toute modification apportée au produit réduit la sécurité de celui-ci. Risques de blessure !
- Ne jamais ouvrir le produit de sa propre initiative et ne jamais effectuer de réparations soi-même !
- Un mauvais assemblage est susceptible de provoquer des dysfonctionnements ou une panne.
- Ne jamais ouvrir le boîtier de l'appareil.
- Le fabricant n'est pas tenu responsable des dégâts ainsi causés. Sous réserve de modifications techniques et d'erreurs !
- Toute ouverture non autorisée de l'appareil entraîne l'annulation de la garantie.

## Aperçu de l'appareil

- 1 60 LED bleues
- 2 Réflecteur anti-éblouissement / diffuseur
- 3 Écran d'affichage LCD
- 4 [+] pour augmenter l'intensité des LED et pour régler la durée / l'heure de l'éclairage.
- 5 [-] pour diminuer l'intensité des LED et pour régler la durée / l'heure de l'éclairage.
- 6 Marche/arrêt : allumer et éteindre l'appareil
- 7 Lumière
- 8 Minuteur : réglage de la durée de l'éclairage



### Affichages

	Affichage de la durée de l'éclairage
	Affichage de la charge de la batterie
	Affichage de l'intensité des LED
	Le symbole du soleil est toujours allumé



# Mise en marche et utilisation

## Recharge de la batterie

- Aucune barre signifie que le niveau de charge de la batterie est inférieur à 20 %. Il est nécessaire de recharger l'appareil.
- Un symbole clignotant sans barre signifie que la batterie est vide. Il est nécessaire de recharger l'appareil, faute de quoi il s'éteindra.
- Une barre signifie que le niveau de charge de la batterie est de 20 % - 40 %.
- Deux barres signifient que le niveau de charge de la batterie est de 40 % - 80 %.
- Trois barres signifient que le niveau de charge de la batterie est de 80 % - 100 %.

## Recharger la batterie

- Brancher le bloc d'alimentation à l'appareil puis à la prise.
- La première charge doit durer au minimum 12 heures. La prochaine recharge dure environ 5-6 heures.
- L'affichage du niveau de charge de la batterie clignote pendant le rechargement. Il s'arrête de clignoter lorsque la charge est complète et affiche 3 barres.

## Comment installer correctement la lampe LED Blue Sun

- Être confortablement assis sur une chaise à une table ou à un bureau.
- Placer la lampe LED Blue Sun à sa gauche ou à sa droite à un angle d'environ 45 ° (cf. illustration).
- Placer le support de telle manière à ce que l'appareil se trouve à hauteur des yeux.
- La lampe LED doit se trouver à une distance de 50 cm à 70 cm.
- L'environnement immédiat doit être correctement éclairé, soit par la lumière naturelle par lumière artificielle, s'il fait trop sombre.
- Pendant l'utilisation de l'appareil, il est possible de continuer ses activités habituelles. Lire, écrire, regarder la télévision ou utiliser un ordinateur.

## Utilisation simple

1. Appuyer sur la touche ronde marche/arrêt. L'écran d'affichage affiche « 12:00 ».
2. Avec un doigt, rester appuyer sur la touche Timer. Avec un autre doigt, appuyer sur la touche + ou - pour régler la durée.
3. Rester appuyer sur la touche + ou - pour régler plus rapidement la durée.

## Utilisation manuelle

Appuyer sur la touche Light (lumière) pour allumer les LED bleues. Appuyer sur + ou - pour régler l'intensité lumineuse à sa convenance. Appuyer de nouveau sur la touche Light pour éteindre de nouveau les LED. Éteindre l'appareil en appuyant sur la touche marche/arrêt. Si l'utilisateur oublie d'éteindre l'appareil, celui-ci s'éteint automatiquement après le temps paramétré.

## Utilisation avec réglage temporel

1. Appuyer sur la touche Timer. Le symbole du minuteur apparaît sur l'écran d'affichage. Par défaut, le temps qui clignote est 10 minutes.
2. Appuyer sur + ou - pour régler le temps souhaité (jusqu'à 60 minutes). Les LED bleues s'allument automatiquement après 5 secondes.
3. Pour réinitialiser la durée, appuyer d'abord sur la touche Light pour éteindre les LED. Puis appuyer de nouveau sur la touche Timer et appuyer sur + ou - pour régler la durée souhaitée.
4. La durée restante de la séance s'affiche sur l'écran. Les LED s'éteignent automatiquement une fois que le temps est écoulé.
5. Auto-Memory : la lampe LED Blue Sun garde automatiquement en mémoire la durée et l'intensité lumineuse de la séance précédente.

## Touche Reset

Cette touche permet de rétablir les réglages par défaut de l'appareil. La touche Reset (réinitialisation) se trouve à l'arrière de l'appareil. Introduire la pointe d'un stylo dans le trou jusqu'à entendre un clic.

Quand utiliser la lampe LED Blue Sun

- Lorsque l'on se sent triste et sans énergie, particulièrement au cours des mois sombres d'hiver. Dans ce cas, des séances quotidiennes de 30 minutes à une intensité de 50 % peuvent être utiles. Cela sert à compenser le manque de lumière solaire.
- La lumière influence le rythme biologique et l'horloge interne de chacun. Cela signifie que le corps se réveille et que toutes ses fonctions sont actives pendant les heures de la journée. Le corps se calme et ses fonctions ralentissent avec l'obscurité, jusqu'à la phase de sommeil. Ceci explique qu'il est plus facile de se réveiller pendant les mois estivaux par des matins lumineux.
- Le stress de la vie moderne fait que l'horloge biologique peut être perturbée. Utiliser la lampe Blue Sun permet d'ajuster son horloge biologique au rythme de la journée.
- Il est recommandé de démarrer avec une intensité de 50 % et de l'ajuster ensuite à sa convenance.

## Se réveiller et s'endormir

S'endormir devant la télévision peut rendre le sommeil difficile à trouver une fois que l'on se met au lit. Dans ce cas, utiliser l'appareil pendant 30 minutes tout en regardant la télévision. Il est alors plus difficile de s'endormir devant la télévision, et plus facile de s'endormir au lit.

Dans le cas où l'on a l'impression d'aller trop tôt se coucher et que l'on craint de se lever trop tôt le lendemain matin, utiliser la lampe LED permet de rester plus longtemps éveillé. Lorsque se lever le matin est difficile et que l'on se sent lent et somnolent, une séance de 30 minutes peut aider à se réveiller. Elle permet d'être réveillé et de se sentir prêt pour affronter la journée.

## Travail nocturne

Lorsqu'il est difficile de rester éveillé lors d'un travail nocturne, il est recommandé d'utiliser la lampe LED pendant 30 minutes avant le début du service et pendant 15 minutes supplémentaires pendant le service en cas de fatigue. Il est nécessaire d'encourager sa propre horloge biologique à s'adapter à son propre rythme. Si possible, utiliser de la lumière intense en revenant du service nocturne. Porter des lunettes peut s'avérer utile dans ce cas. Cela est utile pour s'endormir plus aisément une fois de retour chez soi. Si l'utilisateur a dormi avant son service de nuit, son corps voudra cependant continuer de dormir car il est habitué à cette routine. Utiliser la lampe LED pour rester éveillé jusqu'au soir.

## Jetlag

Les longs voyages à l'est ou à l'ouest à travers différents fuseaux horaires perturbent grandement l'horloge biologique. Il est en général préférable d'arriver le matin que le soir. Si possible, dormir dans l'avion. Rester éveillé aussi longtemps que possible après l'arrivée. Dans l'idéal, à la lumière du jour. La lampe LED Blue Sun peut aider à rester éveillé jusqu'au soir.

## Nettoyage

Utiliser un chiffon doux et sec. Ne pas utiliser de chiffon humide ou trempé. Ne pas utiliser de produit nettoyant. Veiller à ne pas rayer l'appareil.

## Information sur le recyclage



Vous trouverez sur le produit l'image ci-contre (une poubelle sur roues, barrée d'une croix), ce qui indique que le produit se trouve soumis à la directive européenne 2002/96/CE. Renseignez-vous sur les dispositions en vigueur dans votre région concernant la collecte séparée des appareils électriques et électroniques. Respectez-les et ne jetez pas les appareils usagés avec les ordures ménagères. La mise au rebut correcte du produit usagé permet de préserver l'environnement et la santé. Le recyclage des matériaux contribue à la préservation des ressources naturelles.

## Déclaration de conformité

Fabricant : Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Allemagne.



Ce produit est conforme aux directives européennes suivantes :  
2014/30/UE (CEM)  
2014/35/UE (LVD)  
2011/65/UE (RoHS)