luminette® Drive

EN User manual

DE Gebrauchsanleitung

FR Mode d'emploi

NL Gebruiksaanwijzing

IT Manuale di istruzioni

CZ Uživatelská příručka

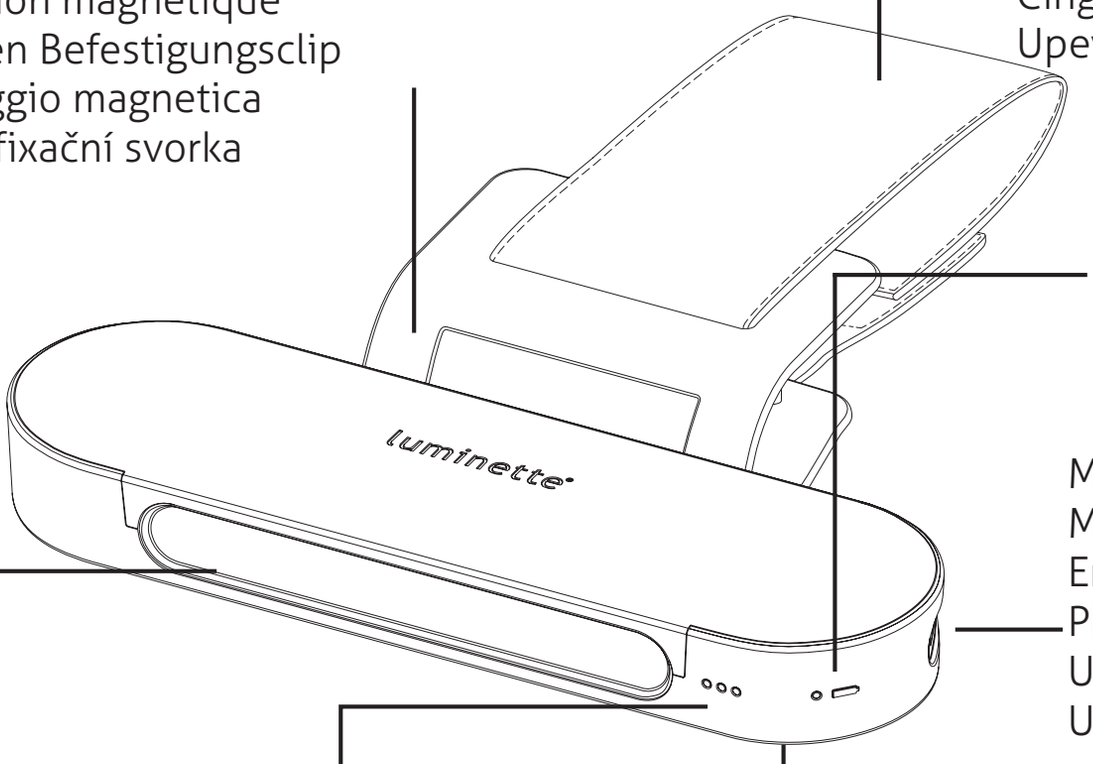
CE

Lucimed S.A.
Rue le marais 12a
4530 Villers-le-Bouillet | Belgium
www.myluminette.com | info@lucimed.com
Tel : +32 4 369 48 36 | Tel (US): 1-800-390-5913

Model : Drive

User manual 2020 V1
EN - DE - FR - NL - IT - CZ

Figure 1 – Luminette Drive and its accessories
Abbildung 1 – Luminette Drive und ihr Zubehör
Figure 1 – Luminette Drive et ses accessoires
Afbeelding 1 – Luminette Drive en de accessoires
Figura 1 – Luminette Drive e i suoi accessori
Obrázek 1 - Luminette Drive a příslušenství



Elastic band
Elastische band
Bandeau élastique
Mitgelieferten Gummiband
Cinghia di fissaggio
Upevňovací popruh

Magnetic fixing clip
Magnetische bevestigingsclip
Clip de fixation magnetique
Magnetischen Befestigungsclip
Clip di fissaggio magnetica
Magnetická fixační svorka

Battery indicator
Batterieanzeige
Indicateur de batterie
Batterij indicatie
Indicatore di batteria
Indikátor baterie

Micro-USB socket
Mikro-USB-Anschluss
Emplacement micro-USB
Plaats voor micro-USB
USB tipo C
USB typu C

LED

Light intensity indicator
Lichtintensitätsanzeige
Indicateur d'intensité lumineuse
Lichtintensiteit indicatie
Indicatore di intensità della luce
Indikátor intenzity světla

Start/stop button under the device
Ausschaltknopf unter dem Gerät
Bouton marche/arrêt sous l’appareil
Knop aan/uit onder het apparaat
Pulsante start/stop
Tlačítko Start/Stop

Figure 2: Choice of intensity versus distance
Abbildung 2: Wahl der Intensität in Abhängigkeit von der Entfernung
Figure 2 : Choix de l'intensité en fonction de la distance
Afbeelding 2: Keuze van intensiteit versus afstand
Figura 2 : Scelta dell'intensità a secondo della distanza
Obrázek 2: Volba intenzity v závislosti na vzdálenosti

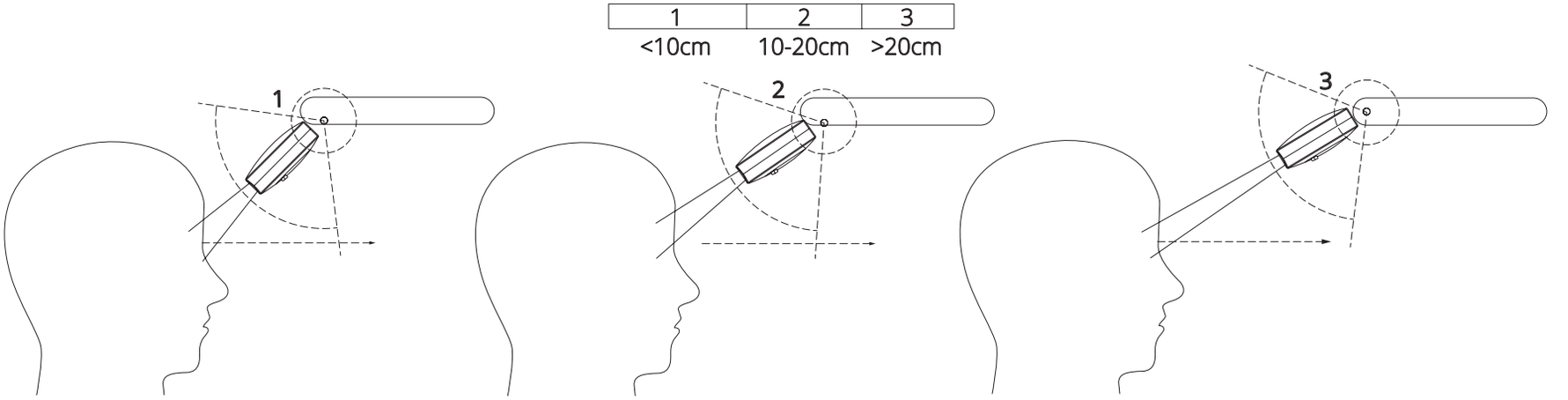


Figure 3: Charger and cable
Abbildung 3: Lader og kabel
Figure 3 : Chargeur et câble
Afbeelding 3: Oplader en kabel
Figura 3 : Caricatore e cavo
Obrázek 3: Nabíječka a kabel



USB Type C plug	Cable	USB plug	Charger
USB Typ C Stecker	Kabel	USB-Stecker	Ladegerät
USB Type C	Câble de chargement	Connecteur USB	Chargeur
USB Type C-stekker	Oplading kabel	Utieinde USB	Oplader
Presa USB tipo C	Cavo	Cavo USB	Caricatore
USB konektor typu C	Kabel	USB konektor	Nabíječka

EN

I. Introduction

You have just purchased the Luminette® Drive. We would like to congratulate you on your purchase and welcome you to the world of on-the-go light therapy!

Important: Before turning on and using your Luminette® Drive, please carefully read this manual and be sure to keep it in a safe place, also certain that you take enough time to get to know your device using Figure 1.

A. The role of light

By means of the light/dark cycle, the human brain synchronizes functions such as mood, appetite, digestion, sleep, libido, etc. These circadian rhythms, which oscillate over 24 hours, constitute our biological clock.

Melatonin is what is commonly referred to as the "sleep hormone". The brain secretes it at nightfall, which then induces sleep. Conversely, at daybreak, in the presence of light, the brain stops the secretion of melatonin, enabling us to get up easily, and full of energy.

In addition to its regulating effect on our biological clock, light significantly affects mood, alertness, and physical and intellectual performance, by improving them.

B. Light therapy

In some situations, the biological clock is no longer in sync with external environments. The circadian rhythms are, therefore, "desynchronized". This is particularly the case in winter when there is an insufficient amount

of light, at which point some people develop winter blues. This is also something that can be seen in people who tend to go to sleep too early or too late.

Jet lag is another type of disruption to the biological clock, as well as fragmented work disorders (which affect more than 10% of workers in Europe) which are now recognized as real pathologies. All these disorders can be reduced or even eliminated by the correct use of light and darkness. When light cannot be found in natural form, light therapy is the solution that offers the most benefits with the least side effects.

C. Its applications

- Winter Blues
- Fatigue - low energy
- Problems with sleep rhythms
- Work with a fragmented schedule

This product is not approved as a medical device under 93/42/CEE norms.

D. Contraindications

Whatever the reason for your purchasing Luminette® Drive, we advise that you avoid exceeding the recommended daily usage.

There are few contraindications.

If you suffer from an eye condition (glaucoma, retinis, retinopathy, macular degeneration), we recommend that you consult a specialist before

using Luminette® Drive. If you have cataracts, light therapy may be less effective.

If you suffer from psychiatric disorders (depression, hysteria, neurosis, and psychosis), we recommend that you consult a doctor before using this device.

Luminette® Drive can also be used with contact lenses or corrective lenses.

E. Possibles reactions

Adverse reactions from the light of this device are relatively mild and temporary. They may include:

- Headaches.
- Eye strain or visual disturbances, intraocular pressure.
- Nausea.
- Agitation, sedation, nervousness, and very rarely hypomania or mania.

In order to avoid, reduce, or mitigate these adverse effects, the following measures can be taken:

- Increase the brightness inside your vehicle.
- Reduce the light intensity of the device if you have any of these reactions.
- Avoid using the device for a few days until the adverse reactions have disappeared, then try again.

F. Safety

This equipment complies with the technical regulations and safety standards applicable to electric devices and related to exposure to electromagnetic fields (EMF). To ensure the longevity of your Luminette® Drive, we advise you to:

- Only use the original accessories.
- Never immerse the Luminette® Drive in water.
- Do not wash your Luminette® Drive in a lot of water.
- Do not leave your Luminette® Drive in direct sunlight, or damp or dusty places.

Caution!

- No modifications to the device and its accessories are permitted.
- This unit cannot be connected to an extension cord or power strip.
- Always use the unit with the adapter supplied or any other compatible system as specified in the manual.
- The adapter is the network disconnect device and must always remain easily accessible.
- The outer shell of the main plastic shell can reach temperatures of 49°C.
- If there is any interference, electromagnetic, or other, then move the Luminette device away from the device that is interfering with it.

- The Luminette device should not be used next to or on top of other devices because it may cause a malfunction. In the event that such usage is unavoidable, monitor both devices and make sure of their normal operation.
- The use of accessories and cables other than those specified or provided may cause an increase in electromagnetic emissions or a decrease in the integrity of the equipment and may result in improper operation.
- Portable radio frequency communications devices (including items such as antenna cables and external antennas) should not be used closer than 30 cm (12 inches) to any part of the Luminette® Drive, including specified cables. Otherwise, the performance of these devices may be affected.

G. Road safety

The user shall remain solely responsible for the use of the device at all times and in strict compliance with the terms of service and the Highway Traffic Act.

In particular:

- Device settings (brightness or beam angle) may only be adjusted when the vehicle is stationary and off the road.
- Luminette Drive is not a substitute or complement to roadway lights. Only use the device during the day or on sufficiently lit roads, in good light and visibility conditions.

- Immediately discontinue use of the device in the event of glare, reduced field of vision, or discomfort.

LUCIMED is not responsible for accidents

II. Use

A. When can I use Luminette® Drive?

1. To combat seasonal blues

Lacking energy and motivation? Have difficulty getting up in the morning? Feel the need to hibernate? Snack more? Notice a decrease in your libido? You are probably experiencing the winter blues. This condition is the result of a reduction in brightness in autumn and winter. We recommend a light therapy session as soon as possible after waking up.

2. To combat fatigue and low energy

The Luminette® Drive reproduces the beneficial effects of the sun and stimulates specific receptors in the eyes that trigger the body's energizing response to light. This helps combat energy loss, makes you feel more fit, active, and alert, it can also improve your mood. We recommend a light therapy session as soon as possible after waking up.

3. To combat sleep rhythm disorders

Some sleep disorders are caused by an advance or delay in the biological clock. In these cases, light therapy can provide a solution.

- A delay in the biological clock

Have a tendency to fall asleep too late and have difficulty getting up in the morning? We recommend you have a light therapy session as soon as possible after waking up.

- An advance in the biological clock

Have trouble staying awake in the evening and wake up too early? We recommend that you have a light therapy session in the late afternoon or early evening, two to three hours before the time you want to go to bed.

4. To optimize fragmented work

If you work at night for more than three consecutive days and have difficulty staying awake at work and/or on the way home, we recommend you have a light therapy session just before starting work and, in case of drowsiness, a second session during your work break.

As a precaution, we advise you to contact your occupational physician.

B. How long does a luminotherapy session last?

The recommended duration to use your Luminette Drive is 20 minutes. Once the session is finished, the device turns off automatically.

C. How often should I use the Luminette® Drive?

It is recommended that you use the Luminette® Drive once per day.

D. How long before you can feel the effects?

Some people start to feel the regulating effects of Luminette® Drive right

from the first use. Others, after one to two weeks of daily use.

E. How do you charge the Luminette® Drive?

Charging the device is very simple.

To do this:

- Connect the type-C connector of the cable to the specified location on your Luminette® Drive (see figure 1) and connect the other standard USB connector to the charger port.
- Plug the charger into the cigarette lighter port of your car.
- When the device is fully charged (charging time is about 2 hours), disconnect the cable from the device.

Charge indication:

- When your Luminette® Drive is charging, the green charging indicator light flashes slowly.
- When your Luminette® Drive is fully charged, the same green light stops flashing and remains On.
- In the event of an error (battery or circuit failure), the red LED flashes quickly.
- The device can be used while it is charging.

Device autonomy:

Its autonomy depends on the intensity chosen. As an indication, the Luminette® Drive should have an autonomy of at least ten sessions. The

remaining battery life is indicated by the indicator light: it is green when the battery life of the device is sufficient for one session and red when it is recommended you recharge the device.

F. Turning On/Off

Caution: Before the first use, make sure the device is fully charged to allow your Luminette® Drive to operate for the entire duration of the session.

To turn on your Luminette® Drive, press and hold the On/Off button briefly (see figure 1). To change the intensity of the light, simply press the same button briefly. The change is made cyclically: level 1, level 2, level 3, then a return to level 1, etc. The Luminette® Drive stays on for 20 minutes, blinks three times when the session is finished and turns off automatically. To turn off your Luminette® Drive in the middle of a session, hold down the On-Off button (for 2 seconds).

G. How do you position the Luminette® Drive?

For the maximum efficiency and ideal driving comfort, you must place the Luminette® Drive correctly in your vehicle.

To properly position your Luminette® Drive:

- Place the magnetic fixing clip on your sun visor with the elastic band provided and tighten it firmly.
- "Clip" the device onto your sun visor using the magnetic clip.
- Using a tape measure, measure the distance between your face and the device in order to determine the appropriate light intensity.

- If your face is less than 10 cm from the device, choose intensity n°1.
- If your face is between 10 and 20 cm from the device, choose intensity n°2.
- If your face is more than 20 cm from the device, choose intensity n°3.

When looking at yourself in the central mirror of your car, make sure that the blue light band is positioned across your eyes.

Caution: Be careful not to look directly into the LED.

H. How to maintain the Luminette® Drive?

This device is made for use in cars. After each use, it is highly recommended that you unhook the device and its magnetic housing and store it in an appropriate place (glove compartment, for example). To clean your Luminette® Drive, use a soft damp cloth that has been dipped in clear water and soft cleaning solution (denatured alcohol). Be sure to protect also the fragile illuminating lens, and avoid putting your fingers on it. If there are still marks on it despite your precautions, simply clean them with cotton.

IV. Guarantee and after-sales service

A. Guarantee

Lucimed guarantees the operation of its equipment in accordance with the

instructions for use and against any manufacturing defect. This warranty covers parts and labor. In the event of device failure, Lucimed will provide free repair for 2 years starting from the date of purchase. The warranty is only valid upon presentation of the purchase invoice. The date of intervention must be within the warranty period. The warranty does not cover faults due to accidental causes, misuse, or negligence, and in the event modifications or repairs have been carried out by unqualified persons. Under no circumstances may this guarantee give rise to any claim for damages. Lucimed provides after-sales service during and after the warranty period in all countries where the product is officially sold and distributed. The consumer benefits from the conditions of articles 1641 et according to the Civil Code relating to the legal guarantee. In all correspondence, mention the serial number and date of purchase. In case of problems, go to the website. Caution! If you lose this instruction manual, please remember that it can be downloaded from www.myluminette.com.

B. Accessories

The following accessories are available when purchasing:

- C type adapter and charging cable: reference KYTW050100BV-03

V. Environment

If your device stops working, do not throw it away with the domestic waste. The integrated rechargeable battery in the device contains substances that are harmful to the environment. Please remove the battery before throwing the device away, and take it to a designated area

for that purpose. This will help to protect the environment. If you are unable to remove it, bring the device back to where you bought it.

To remove the battery:

- Make sure that the device is disconnected and the battery is empty.
- Unscrew the cover of the unit using a suitable tool.
- Disconnect the battery cable from the battery and remove the battery from the unit.

VI. Technical specifications

A. Characteristics of the device

General	
Registered trademark	Luminette®
Device model	Luminette Drive
Adapter model	KYTW050100BU-03
Electricity	
Nominal input voltage of the adapter	12-24V DC
Nominal input frequency of the adapter	50-60 Hz
Nominal output voltage of the adapter	5V DC
Nominal output power of the adapter	12 W
Power type	
1 Rechargeable lithium ion batterie	3.7V 2200 mAh
Classification	
Operation mode	Continuous
Insulation class in operation	Internal power source (battery)

Insulation class in recharge mode	II
Protection class	IP20
Physical specifications	
Dimensions	17 x 16 x 3 cm
Weight	51 gr
Light intensity in position 1 to 10cm	± 100 lux
Light intensity in position 2 à 20 cm	± 100 lux
Light intensity in position 3 à 30 cm	± 100 lux
Spectral specifications	
Peak Wavelength Bandwidth	 470 nm 50 nm
Nominal Spectral irradiance (100% intensity) Maximum Spectral irradiance (100% intensity) Maximum output variation	21,8 µW/cm^2 25,4 µW/cm^2 ±7%
Operating conditions	
Temperature	0° C – + 45° C
Relative humidity level	35 % – 85 %

Atmospheric pressure limits	700 hPa - 1060 hPa
Storage and transport conditions	
Temperature	-20° C – + 40° C
Relative humidity level	35 % – 85 %
Life expectancy	
Device lifetime	6 years
Adapter lifetime	3 years

B. Symbols

The following symbols may appear on the device:

Symbols	Description
	Made for: Lucimed SA, Rue le marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, Belgium Tel: +32 4 369 48 36
	Year of manufacture
	Serial number

	Refer to the instructions provided.
	This equipment must be disposed of in an appropriate way and recycling facility.
	Read the user manual carefully before use.
IP20	Degree of protection against ingress of foreign bodies and water
	Keep dry
	This device’s packaging is recyclable
CE	CE stands for European Declaration of Conformity.

C. Manufacturer’s responsibility

As the manufacturer, we are responsible for the safety, reliability, and operation of the device only when it is used in accordance with the operating instructions and when modification and repairs have been carried out solely by personnel authorized by us. Please contact the manufacturer if you require assistance with the installation, use or maintenance of the unit or if you encounter any unexpected problems. Any serious incident related to the Luminette® Drive must be reported to Lucimed and the competent authority in your country.

DE

I. Einführung

Sie haben gerade das Luminette®-Drive gekauft. Wir möchten Ihnen zu Ihrem Kauf gratulieren und Sie in der Welt der mobilen Lichttherapie willkommen heißen!

Wichtig: Lesen Sie dieses Handbuch sorgfältig durch, bevor Sie Ihr Luminette® Drive einschalten und verwenden und bewahren Sie es an einem sicheren Ort auf. Nehmen Sie sich auch genügend Zeit, um sich mit Ihrem Gerät anhand von Abbildung 1 vertraut zu machen.

A. Welche Rolle das Licht spielt

Durch den Hell/Dunkel-Zyklus synchronisiert das menschliche Gehirn Funktionen wie Stimmung, Appetit, Verdauung, Schlaf, Libido usw. Diese zirkadianen Rhythmen, die über 24 Stunden schwingen, bilden unsere biologische Uhr.

Melatonin ist das, was gewöhnlich als "Schlafhormon" bezeichnet wird. Das Gehirn sondert es bei Einbruch der Dunkelheit ab, was dann den Schlaf induziert. Umgekehrt stoppt das Gehirn bei Tagesanbruch und dem aufkommen von Licht die Ausscheidung von Melatonin, sodass wir mühelos und voller Energie aufstehen können.

Zusätzlich zu seiner regulierenden Wirkung auf unsere biologische Uhr beeinflusst Licht possitiv die Stimmung, Wachsamkeit sowie die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit erheblich.

B. Lichttherapie

In einigen Situationen ist die biologische Uhr nicht mehr mit externen Umgebungen synchron. Die zirkadianen Rhytmen sind daher „desynchronisiert". Das ist

besonders im Winter der Fall, wenn zu wenig Licht vorhanden ist. Manche Menschen fallen in ein Winterloch. Dies kann auch bei Menschen beobachtet werden, die dazu neigen zu früh oder zu spät ins Bett zu gehen.

Jetlag ist eine andere Art der Störung der biologischen Uhr sowie schichtbedingte Arbeitsstörungen (von denen mehr als 10 % der Arbeitnehmer in Europa betroffen sind), die inzwischen als echte Symptomatik anerkannt sind. All diese Störungen können durch den richtigen Einsatz von Licht und Dunkelheit reduziert oder sogar beseitigt werden. Wenn Licht nicht in natürlicher Form zu finden ist, ist die Lichttherapie die Lösung, die die meisten Vorteile mit den geringsten Nebenwirkungen bietet.

C. Seine Verwendungen

- Winterloch
- Müdigkeit - wenig Energie
- Probleme mit dem Schlafrhythmus
- Arbeiten Sie mit einem Wechelschicht-Dienstplan

Dieses Produkt ist gemäß 93/42/CEE-Normen nicht als medizinisches Produkt zugelassen.

D. Gegenanzeigen

Unabhängig davon, aus welchem Grund Sie sich für Luminette® Drive entschieden haben, raten wir Ihnen, den empfohlenen Tagesbedarf nicht zu überschreiten.

Es gibt nur sehr wenige Gegenanzeigen.

Wenn Sie unter einer Augenkrankheit leiden (Glaukom, Retinis, Retinopathie, Makuladegeneration), empfehlen wir Ihnen, sich vor der Anwendung von Luminette® Drive an einen Spezialisten zu wenden. Bei Katarakten ist die Lichttherapie möglicherweise weniger wirksam.

Wenn Sie an psychischen Störungen leiden (Depression, Hysterie, Neurose und Psychose), empfehlen wir Ihnen, vor der Verwendung dieses Geräts einen Arzt aufzusuchen.

Luminette® Drive kann auch mit Kontaktlinsen oder Korrekturlinsen verwendet werden.

E. Mögliche Reaktionen

Die vom Licht dieses Geräts ausgehenden Nebenwirkungen sind relativ mild und vorübergehend. Darunter fallen:

- Kopfschmerzen.
- Augenbelastung oder Sehstörungen, Augeninnendruck.
- Übelkeit.
- Erregung, Beruhigung, Nervosität und sehr selten Hypomanie oder Manie.

Um diese nachteiligen Auswirkungen zu vermeiden, zu verringern oder zu mildern, können folgende Maßnahmen ergriffen werden:

- Erhöhen Sie die Helligkeit in Ihrem Fahrzeug.
- Reduzieren Sie die Lichtintensität des Geräts, wenn eine dieser Reaktionen auftritt.
- Vermeiden Sie es, das Gerät einige Tage lang zu verwenden, bis die Nebenwirkungen verschwunden sind und versuchen Sie es dann erneut.

F. Sicherheit

Dieses Gerät entspricht den technischen Vorschriften und Sicherheitsstandards für Elektrogeräte und ist elektromagnetischen Feldern (EMF) ausgesetzt. Um die Langlebigkeit Ihres Luminette®-Drive zu gewährleisten, empfehlen wir Ihnen folgendes:

- Verwenden Sie ausschließlich das mitgelieferte Originalzubehör.
- Tauchen Sie den Luminette® Drive niemals in Wasser.
- Waschen Sie Ihr Luminette® Drive nicht mit viel Wasser.
- Lassen Sie Ihr Luminette® Drive nicht in direktem Sonnenlicht oder an feuchten oder staubigen Orten liegen.

Vorsicht!

- Änderungen am Gerät und am Zubehör sind nicht gestattet.
- Dieses Gerät kann nicht an ein Verlängerungskabel oder eine Mehrfachsteckdose angeschlossen werden.

- Verwenden Sie das Gerät immer mit dem mitgelieferten Adapter oder einem anderen kompatiblen System, wie im Handbuch angegeben.
- Der Adapter ist das Netzwerktrenngerät und muss immer leicht zugänglich bleiben.
- Die Außenschale der Hauptkunststoffschale kann Temperaturen von 49° C erreichen.
- Wenn elektromagnetische oder andere Störungen auftreten, entfernen Sie das Luminette-Gerät von dem Gerät, das die Störung verursacht.
- Das Luminette-Gerät sollte nicht neben oder auf anderen Geräten verwendet werden, da dies zu Fehlfunktionen führen kann. Falls eine solche Verwendung unvermeidbar ist, überwachen Sie beide Geräte und stellen Sie sicher, dass sie normal funktionieren.
- Die Verwendung von anderen als den angegebenen oder gelieferten Zubehörteilen und Kabeln kann die elektromagnetischen Emissionen erhöhen oder die Integrität des Geräts beeinträchtigen und zu Fehlfunktionen führen.
- Tragbare Hochfrequenz-Kommunikationsgeräte (einschließlich Antennenkabel und externe Antennen) sollten nicht näher als 30 cm an einem Teil des Luminette®-Drives verwendet werden, einschließlich der angegebenen Kabel. Andernfalls kann die Leistung dieser Geräte beeinträchtigt werden.

G. Verkehrssicherheit

Der Benutzer bleibt jederzeit und unter strikter Einhaltung der Nutzungsbedingungen und des Straßenverkehrsgesetzes für die Nutzung des Geräts allein verantwortlich.

Insbesondere:

- Geräteeinstellungen (Helligkeit oder Abstrahlwinkel) dürfen nur bei stehendem und abseits der Straße befindlichem Fahrzeug vorgenommen werden.
- Luminette Drive ist kein Ersatz oder eine Ergänzung der Straßenbeleuchtung. Verwenden Sie das Gerät nur tagsüber oder auf ausreichend beleuchteten Straßen, bei guten Licht- und Sichtverhältnissen.
- Bei Blendung, eingeschränktem Sichtfeld oder Unbehagen ist die Verwendung des Gerätes sofort einzustellen.

LUCIMED ist nicht verantwortlich für Unfälle, die durch Nichtbeachtung der vorliegenden Nutzungsbedingungen verursacht werden.

II. Gebrauch

A. Wann kann ich Luminette® Drive verwenden?

1. Zur Bekämpfung von Winterblues

Fehlende Energie und Motivation? Haben Sie Schwierigkeiten morgens aufzustehen?Lust auf Winterschlaf? Lust auf Snacks? Bemerken Sie eine Abnahme Ihrer Libido? Sie erleben wahrscheinlich eine Winterblues.

Dieser Zustand ist das Ergebnis einer Verringerung der Helligkeit im Herbst und Winter. Wir empfehlen so bald wie möglich nach dem Aufwachen eine Lichttherapie-Sitzung durchzuführen.

2. Zur Bekämpfung von Müdigkeit und Energielosigkeit

Der Luminette® Drive reproduziert die wohltuenden Wirkungen der Sonne und stimuliert bestimmte Rezeptoren in den Augen, die die energetisierende Reaktion des Körpers auf Licht auslösen.

Dies hilft bei der Bekämpfung des Energieverlusts, lässt Sie fitter, aktiver und aufmerksamer fühlen und kann auch Ihre Stimmung verbessern. Wir empfehlen so bald wie möglich nach dem Aufwachen eine Lichttherapie-Sitzung durchzuführen.

3. Zur Bekämpfung von Schlafrhythmusstörungen

Einige Schlafstörungen werden durch einer vorgeschobenen oder einer verzögernden biologischen Uhr verursacht. In diesen Fällen kann die Lichttherapie eine Lösung liefern.

- Eine Verzögerung der biologischen Uhr

Neigen Sie dazu, zu spät einzuschlafen, und haben Sie Schwierigkeiten morgens aufzustehen? Wir empfehlen, so bald wie möglich nach dem Aufwachen eine Lichttherapie-Sitzung durchzuführen.

- Ein Fortschritt in der biologischen Uhr

Haben Sie Probleme, abends wach zu bleiben und zu früh aufzuwachen? Wir empfehlen eine Lichttherapie am späten Nachmittag oder frühen Abend, zwei bis drei Stunden vor dem Schlafengehen.

4. Schichtarbeit optimieren

Wenn Sie mehr als drei Tage hintereinander nachts arbeiten und Schwierigkeiten haben, bei der Arbeit und/oder auf dem Heimweg wach zu bleiben, empfehlen wir Ihnen, kurz vor Arbeitsbeginn eine Lichttherapie und bei Schläfrigkeit eine zweite Sitzung während Ihrer Arbeitspause durchzuführen.

Vorsorglich empfehlen wir Ihnen, sich an Ihren Betriebsarzt zu wenden.

B. Wie lange dauert eine Lumino-Therapie-Sitzung?

Die empfohlene Nutzungsdauer Ihres Luminette-Drives beträgt 20 Minuten. Sobald die Sitzung beendet ist, schaltet sich das Gerät automatisch aus.

C. Wie oft sollte ich das Luminette®-Drive verwenden?

Es wird empfohlen, das Luminette®-Drive einmal täglich zu verwenden.

D. Wie lange dauert es, bis Sie die Ergebnisse spüren können?

Einige Menschen spüren die regulierende Wirkung von Luminette® Drive bereits beim ersten Gebrauch. Andere bei einem täglichen Gebrauch, nach eins bis zwei Wochen.

E. Wie wird das Luminette®-Drive aufgeladen?

Das Laden des Geräts ist sehr einfach.

Gehen Sie dafür wie folgt vor:

- Stecken Sie den Typ-C-Stecker des Kabels in die angegebenen Stelle auf Ihrem Luminette®-Drive (siehe Abbildung 1) und den anderen Standard-USB-Anschluss in den Anschluss des Ladegeräts.
- Stecken Sie das Ladegerät in den Zigarettenanzünder Ihres Autos.
- Wenn das Gerät vollständig geladen ist (Ladezeit beträgt ca. 2 Stunden), ziehen Sie die Kabel aus dem Gerät.

Ladezustand:

- Wenn Ihr Luminette®-Drive geladen wird, blinkt die grüne Ladeanzeige langsam.
- Wenn Ihr Luminette®-Drive vollständig aufgeladen ist, hört das gleiche grüne Licht auf zu blinken und leuchtet.
- Im Fehlerfall (Batterie- oder Stromkreisausfall) blinkt die rote LED schnell.
- Das Gerät kann während des Ladevorgangs verwendet werden.

Geräteautonomie:

Die Autonomie hängt von der gewählten Intensität ab. Als Anhaltspunkt sollte das Luminette® Drive eine Autonomie von mindestens zehn Sitzungen haben. Die verbleibende Akkulaufzeit wird durch die Anzeigelampe angezeigt: Sie leuchtet grün, wenn die Akkulaufzeit des Geräts für eine Sitzung ausreicht und rot, wenn empfohlen wird, das Gerät aufzuladen.

F. Ein-/Ausschalten

Vorsicht: Stellen Sie vor dem ersten Gebrauch sicher, dass das Gerät vollständig geladen ist, damit Ihr Luminette® Drive für die gesamte Dauer der Sitzung betrieben werden kann.

Halten Sie die Ein/Aus-Taste kurz gedrückt, um das Luminette®-Drive einzuschalten (siehe Abbildung 1). Um die Intensität des Lichts zu ändern, drücken Sie einfach kurz die gleiche Taste. Die Änderung wird zyklisch durchgeführt: Stufe 1, Stufe 2, Stufe 3, dann zurück zu Stufe 1 usw. Das Luminette®-Drive bleibt 20 Minuten lang eingeschaltet, blinkt nach Abschluss der Sitzung dreimal und wird automatisch ausgeschaltet. Um Ihr Luminette® Drive während einer Sitzung auszuschalten, halten Sie die Ein/Aus-Taste (2 Sekunden lang) gedrückt.

G. Wie positionieren Sie das Luminette®-Drive?

Für maximale Effizienz und optimalen Fahrkomfort müssen Sie das Luminette® Drive korrekt in Ihr Fahrzeug einsetzen.

So positionieren Sie Ihr Luminette®-Drive richtig:

- Bringen Sie den magnetischen Befestigungsclip mit dem mitgelieferten Gummiband an Ihrer Sonnenblende an und ziehen Sie ihn fest.
- Befestigen Sie das Gerät mit dem Magnetclip an Ihrer Sonnenblende.
- Messen Sie mit einem Maßband den Abstand zwischen Ihrem Gesicht und dem Gerät, um die geeignete Lichtintensität zu bestimmen.
    - Wenn Ihr Gesicht weniger als 10 cm vom Gerät entfernt ist, wählen Sie Intensität Nr. 1.

- Wenn Ihr Gesicht zwischen 10 und 20 cm vom Gerät entfernt ist, wählen Sie Intensität Nr. 2.
- Wenn Ihr Gesicht mehr als 20 cm vom Gerät entfernt ist, wählen Sie Intensität Nr. 3.

Achten Sie darauf, dass das blaue Lichtband über Ihren Augen liegt, wenn Sie sich im Zentralspielgel Ihres Autos betrachten.

Vorsicht: Achten Sie darauf, nicht direkt in die LED zu schauen.

H. Wie Pflegt man das Luminette® Drive?

Dieses Gerät ist für den Einsatz in Autos vorgesehen. Es wird dringend empfohlen, das Gerät und sein magnetisches Gehäuse nach jedem Gebrauch auszuhängen und an einem geeigneten Ort aufzubewahren (z. B. Handschuhfach). Verwenden Sie zum Reinigen Ihres Luminette® Drive ein weiches feuchtes Tuch, das in klares Wasser getaucht wurde und eine sanfte Reinigungslösung (denaturierter Alkohol). Achten Sie darauf, auch die zerbrechliche Beleuchtungslinse zu schützen und vermeiden Sie es, Ihre Finger darauf zu legen. Wenn es trotz Ihrer Vorsichtsmaßnahmen noch Flecken gibt, reinigen Sie sie einfach mit Baumwolle.

IV. Garantieleistungen und Kundendienst

A. Garantie

Lucimed garantiert den Betrieb seiner Geräte gemäß der Gebrauchsanweisung und gegen Herstellungsfehler. Diese Garantie deckt Material und Arbeit ab. Im Falle eines Gerätefehlers bietet Lucimed eine kostenlose Reparatur für

2 Jahren ab Kaufdatum an. Die Garantie gilt nur gegen Vorlage der Kaufrechnung. Der Zeitpunkt des Eingriffs muss innerhalb der Garantiezeit sein. Die Garantie deckt keine Fehler ab, die unfallbedingt, auf Missbrauch oder Nachlässigkeit beruhen und die von nicht qualifizierten Personen geändert oder repariert wurden. Aus dieser Garantie kann unter keinen Umständen ein Schadensersatzanspruch abgeleitet werden. Lucimed bietet während und nach der Garantiezeit einen Kundendienst in allen Ländern an, in denen das Produkt offiziell verkauft und vertrieben wird. Der Verbraucher profitiert von den Bedingungen laut Artikel 1641 nach dem BGB der sich auf die gesetzliche Garantie bezieht. Geben Sie bei jeder Korrespondenz die Seriennummer und das Kaufdatum an. Besuchern Sie bei Problemen die Homepage. Vorsicht! Wenn Sie diese Bedienungsanleitung verlieren, können Sie sie unter www.myluminette.com herunterladen.

B. Zubehör

Folgendes Zubehör ist beim Kauf erhältlich:

- Adapter und Ladekabel Typ C: Referenz KYTW050100BV-03

V. Umgebung

Werfen Sie Ihr Gerät nicht in den Hausmüll, wenn es nicht mehr funktioniert. Der integrierte Akku in dem Gerät enthält Substanzen, die für die Umwelt schädlich sind. Bitte entfernen Sie den Akku, bevor Sie das Gerät wegwerfen und bringen Sie ihn zu einem dafür vorgesehenen Ort. Sie tragen damit zum Schutz der Umwelt bei. Wenn Sie nicht in der Lage sind, ihn zu entfernen, bringen Sie das Gerät zurück, wo Sie es gekauft haben.

Um den Akku herauszunehmen:

- Stellen Sie sicher, dass das Gerät nicht angeschlossen und der Akku leer ist.
- Schrauben Sie den Deckel des Geräts mit einem geeigneten Werkzeug ab.
- Trennen Sie das Batteriekabel von der Batterie und entfernen Sie die Batterie aus dem Gerät.

VI. Technische Daten

A. Eigenschaften der Vorrichtung

Allgemeines	
Eingetragenes Warenzeichen	Luminette®
Gerätemodell	Luminette Drive
Adaptermodell	KYTW050100BU-03
Elektrik	
Nominale Eingangsspannung des Adapters	12-24V DC
Nenneingangsfrequenz des Adapters	50-60 Hz
Nominale Ausgangsspannung des Adapters	5V DC
Nominale Ausgangsleistung des Adapters	12 W

Typ der Stromversorgung	
1 wiederaufladbare Lithium-Ionen-Batterien	3,7V 2200 mAh
Klassifizierung	
Betriebsmodus	Kontinuierlich
Isolationsklasse in Betrieb	Interne Stromquelle (Batterie)
Isolationsklasse im Aufladem odus	II
Schutzklasse	IP20
Physikalische Spezifikationen	
Abmessungen	17 x 16 x 3 cm
Gewicht	51 gr
Lichtstärke in Position 1 bis 10 cm	± 100 Lux
Lichtstärke in Position 2 bis 20 cm	± 100 Lux
Lichtstärke in Position 3 bis 30 cm	± 100 Lux
Spektralspezifikationen	
Peak **Wellenlängenbandbreite**	470 nm 50 nm

Nominale spektrale Bestrahlungsstärke (100% Intensität)	21,8 µW/cm^2
Maximale spektrale Bestrahlungsstärke (100% Intensität)	25,4 µW/cm^2
Maximale Leistungsabweichung	±7%
Betriebsbedingungen	
Temperatur	0° C – + 45° C
Relative Luftfeuchtigkeit	35 % – 85 %
Grenzen des atmosphärischem Drucks	700 hPa - 1060 hPa
Lagerungs- und Transportbedingungen	
Temperatur	-20° C – + 40° C
Relative Luftfeuchtigkeit	35 % – 85 %
Lebenserwartung	
tatsächliche Lebensdauer	6 Jahre
Lebensdauer des Adapters	3 Jahre

B. Symbole

Die folgenden Symbole können auf dem Gerät erscheinen:

Symbole	Beschreibung
	Angefertigt für: Lucimed SA, Rue le Marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, Belgien Tel.:+32 4 369 48 36
	Herstellungsjahr
 SN 0000	Seriennummer
	Beachten Sie die mitgelieferten Anweisungen.
	Dieses Gerät muss in geeigneter Weise entsorgt und einer Recyclinganlage zugeführt werden.
	Lesen Sie vor dem Gebrauch sorgfältig diese Bedienungsanleitung.
IP20	Schutzart gegen Eindringen von Fremdkörpern und Wasser

	Trocken lagern
	Die Verpackung dieses Geräts ist recycelbar
CE	CE steht für European Declaration for Conformity.

C. Verantwortung des Herstellers

Als Hersteller sind wir für die Sicherheit, Zuverlässigkeit und den Betrieb des Geräts nur verantwortlich, wenn es gemäß der Bedienungsanleitung verwendet wird und wenn Änderungen und Reparaturen ausschließlich von uns autorisiertem Personal durchgeführt wurden. Bitte wenden Sie sich an den Hersteller, wenn Sie Hilfe benötigen bei der Installation, Verwendung oder Wartung des Geräts oder wenn Sie auf unerwartete Probleme stoßen. Jeder ernsthafte Zwischenfall im Zusammenhang mit dem Luminette® Drive muss Lucimed und der zuständigen Behörde Ihres Landes gemeldet werden.

FR

I. Introduction

Vous venez d'acquérir le Luminette® Drive. Nous vous félicitons pour votre achat et vous souhaitons la bienvenue dans le monde de la luminothérapie « on-the-go » !

Important: Avant de faire fonctionner et d'utiliser votre Luminette® Drive, nous vous invitons à lire attentivement cette notice et à la conserver soigneusement, mais aussi à prendre le temps de découvrir votre appareil à l'aide de la figure 1.

A. Le rôle de la lumière

Le cerveau humain utilise le cycle lumière/obscurité pour synchroniser des fonctions internes telles que l'humeur, l'appétit, la digestion, le sommeil, la libido, etc. Ces rythmes circadiens, qui oscillent sur une période de 24 heures, constituent notre horloge biologique.

La mélatonine est ce qu'on appelle communément « l'hormone du sommeil ». Le cerveau en sécrète dès la tombée du jour, pour nous inviter ainsi à dormir. Mais dès le lever du jour, en présence de lumière, le cerveau arrête cette sécrétion. Nous nous levons facilement, nous sommes plein d'énergie.

En plus de son effet régulateur sur notre horloge biologique, la lumière a des effets importants sur l'humeur, elle augmente la vigilance et améliore les performances physiques et intellectuelles.

B. La luminothérapie

Dans certaines situations, l'horloge biologique n'est plus en phase avec l'environnement externe. Les rythmes circadiens sont alors « désynchronisés ». C'est notamment le cas en hiver lorsque, la luminosité n'étant plus suffisante, on voit apparaître chez certaines personnes le blues hivernal. On l'observe également chez les personnes qui ont tendance à s'endormir trop tôt ou trop tard.

Le décalage horaire, ou « jet lag », est une autre forme de perturbation de l'horloge biologique. Enfin, les troubles liés au travail en pauses (qui concerne plus de 10% des travailleurs en Europe) sont désormais reconnus comme de vraies pathologies. Tous ces troubles peuvent être atténués, voire supprimés, par une utilisation correcte de la lumière et de l'obscurité. Lorsque la lumière ne peut se trouver sous forme naturelle, la luminothérapie est la solution qui offre le plus d'avantages pour le moins d'effets secondaires.

C. Les applications

- Blues hivernal
- Fatigue - baisse d'énergie
- Problèmes de rythmes du sommeil
- Travail à horaire décalé

Ce produit n'est pas approuvé comme dispositif médical au regard de la norme 93/42/CEE.

D. Les contre-indications

Quelle que soit la raison pour laquelle vous utilisez votre Luminette® Drive, nous vous conseillons de ne pas dépasser la durée d'utilisation recommandée par jour.

Les contre-indications sont peu nombreuses.

Si vous souffrez d'une maladie oculaire (glaucome, rétinite, rétinopathie, dégénérescence maculaire), nous vous recommandons de consulter votre spécialiste avant d'utiliser le Luminette® Drive. Dans le cas d'une cataracte, il se peut que la luminothérapie soit moins efficace.

Si vous souffrez de troubles psychiatriques (dépression, hystérie, névrose et psychose), il est recommandé de consulter un médecin avant d'utiliser l'appareil.

Le Luminette® Drive peut également être utilisé avec des lentilles de contact ou des verres correcteurs.

E. Réactions possibles

Les réactions indésirables à la lumière de cet appareil sont relativement légères et passagères. Elles peuvent inclure:

- Maux de tête.
- Fatigue oculaire ou troubles visuels, pression intraoculaire.
- Nausées.
- Agitation, sédation, nervosité et très rarement hypomanie ou manie.

Mesures à prendre pour éviter, réduire ou atténuer ces effets indésirables:

- Augmentez la luminosité à l'intérieur de l'habitacle de votre véhicule.
- Réduisez l'intensité lumineuse de l'appareil si ces réactions se produisent.
- N'utilisez plus l'appareil pendant quelques jours le temps que les réactions disparaissent, puis essayez à nouveau.

F. Sécurité

Cet appareil est conforme à la réglementation technique et aux normes de sécurité applicables aux dispositifs électriques médicaux et relatifs à l'exposition aux champs électromagnétiques (CEM). Pour garantir la longévité de votre Luminette® Drive, nous vous invitons à:

- Utiliser uniquement des accessoires d'origine.
- Ne jamais plonger le Luminette® Drive dans l'eau.
- Ne pas laver votre Luminette® Drive à grande eau.
- Ne pas laisser votre Luminette® Drive au soleil, ni dans un endroit humide ou poussiéreux.

Attention!

- Aucune modification de l'appareil et de ses accessoires n'est autorisée.
- Cet appareil ne peut pas être raccordé à une rallonge ou une multiprise.

- Utilisez toujours l’appareil avec l’adaptateur fourni ou tout autre système compatible tel que spécifié dans la notice.
- L’adaptateur constitue le dispositif de sectionnement réseau et doit rester toujours facilement accessible.
- L’enveloppe externe de l’enveloppe plastique principale peut atteindre une température de 49 °.
- En cas d’interférences réciproques, électromagnétiques ou autre avec d’autres appareils, éloignez le dispositif.
- L’appareil Luminette ne doit pas être utilisé à côté d'autres appareils ou empilé avec ces derniers parce que cela peut occasionner un mauvais fonctionnement. Si cette utilisation est nécessaire, il convient d'observer cet appareil et les autres appareils pour en vérifier le fonctionnement normal.
- L'utilisation d'accessoires et de câbles autres que ceux spécifiés ou fournis peut provoquer une augmentation des émissions électromagnétiques ou une diminution de l’immunité de cet appareil et occasionner un fonctionnement inapproprié.
- Il convient de ne pas utiliser les appareils de communications portatifs radiofréquences (y compris les périphériques tels que les câbles d'antenne et les antennes externes) plus près de 30 cm (12 pouces) de toute partie de l’appareil Luminette® Drive, y compris les câbles spécifiés. Dans le cas contraire, les performances de ces appareils pourraient en être altérées.

G. Sécurité routière

L'utilisateur demeure en tout temps seul responsable de l'usage de l'appareil, et dans le strict respect des conditions d'utilisation et des dispositions du Code de la route.

En particulier :

- Le réglage de l'appareil (intensité de la luminosité ou angle d'éclairage) ne peut être effectué qu'à l'arrêt, en dehors du cadre de la circulation routière ;
- La Luminette Drive n'est en aucun cas un substitut ou un complément à l'éclairage routier. N'utiliser l'appareil qu'en journée ou sur des routes suffisant éclairées, dans des conditions de luminosité et de visibilité optimales ;
- Interrompre immédiatement l'utilisation de l'appareil en cas d'éblouissement, de réduction du champ visuel, de gène ou d'inconfort ;

LUCIMED décline toute responsabilité en cas d'accident en méconnaissance de ces conditions d'utilisation

II. Utilisation

A. Quand puis-je utiliser le Luminette® Drive?

1. Pour lutter contre le blues saisonnier

Vous manquez d'énergie et de motivation, vous éprouvez des difficultés

à vous lever le matin, vous ressentez le besoin d'hiberner, vous grignotez davantage, vous constatez une baisse de votre libido ? Vous connaissez probablement un épisode de blues hivernal. Cet état résulte d'une diminution de la luminosité en automne et en hiver. Nous vous conseillons une séance de luminothérapie dès que possible après votre réveil.

2. Pour lutter contre la fatigue et la baisse d'énergie

Le Luminette® Drive reproduit les effets bénéfiques du soleil et stimule des récepteurs spécifiques dans les yeux qui vont déclencher la réponse énergisante du corps à la lumière. Cela vous aide à lutter contre les baisses d'énergie, à vous sentir plus en forme, actif et alerte et à améliorer votre humeur. Nous vous conseillons une séance de luminothérapie dès que possible après votre réveil.

3. Pour combattre les troubles de rythmes du sommeil

Certains troubles du sommeil proviennent d'une avance ou d'un retard de phase de l'horloge biologique. Dans ces cas, la luminothérapie permet d'y apporter une solution.

- Un retard de phase

Vous avez tendance à vous endormir trop tard et il vous est difficile de vous lever le matin ? Nous vous conseillons une séance de luminothérapie dès que possible après votre réveil.

- Une avance de phase

Vous avez du mal à rester éveillé en soirée et vous vous réveillez trop tôt ? Nous vous conseillons une séance de luminothérapie en fin d'après-

midi ou en début de soirée, deux à trois heures avant l'heure à laquelle vous souhaitez vous coucher.

4. Pour optimaliser le travail en pauses

Si vous travaillez de nuit pendant plus de trois jours consécutifs et que vous éprouvez des difficultés à rester éveillé sur votre lieu de travail et/ou sur le trajet du retour, nous vous conseillons une séance de luminothérapie juste avant de commencer le travail et, en cas de somnolence, une seconde séance pendant votre pause de travail.

Par prudence, nous vous conseillons de contacter votre médecin du travail.

B. Combien de temps dure une séance de luminothérapie?

La durée recommandée d'utilisation de votre Luminette Drive est de 20 minutes. Une fois la session terminée, l'appareil s'éteint automatiquement.

C. A quelle fréquence dois-je utiliser le Luminette® Drive?

Il est recommandé d'utiliser le Luminette® Drive une fois par jour.

D. Combien de temps faut-il pour ressentir les effets?

Certaines personnes commencent à ressentir les effets régulateurs du Luminette® Drive dès la première utilisation. D'autres, après une à deux semaines d'utilisation quotidienne.

E. Comment charger le Luminette® Drive ?

La charge de l'appareil se fait très simplement.

Pour ce faire :

- Connectez le connecteur type-C du câble à l'emplacement prévu à cet effet sur votre Luminette® Drive (voir figure 1) et branchez l'autre connecteur USB standard au port du chargeur.
- Branchez le chargeur sur le port allume cigare de votre voiture.
- Lorsque l'appareil est complètement chargé (le temps de charge est d'environ de 2h), débranchez le câble de l'appareil.

Indication de charge:

- Lorsque votre Luminette® Drive est en cours de chargement, le voyant de charge de couleur verte clignote lentement
- Lorsque votre Luminette® Drive est complètement chargée, ce même voyant de couleur verte cesse de clignoter et reste allumé.
- En cas d'erreur (défaillance de la pile ou du circuit), le voyant de couleur rouge clignote rapidement.
- L'appareil est fonctionnel lorsqu'il est en charge.

Autonomie de l'appareil :

L'autonomie dépend de l'intensité choisie. A titre indicatif, le Luminette® Drive correctement chargé devrait offrir une autonomie d'au moins 10 séances. L'indication de l'autonomie restante est donné par le voyant lumineux : celui-ci est vert lorsque l'autonomie de l'appareil est suffisante

pour une séance et il devient rouge lorsqu'il est conseillé de recharger l'appareil.

F. Mise en service et arrêt

Attention: Avant la première utilisation, assurez-vous que l'appareil soit bien chargé pour permettre à votre Luminette® Drive de fonctionner durant toute la durée de la session.

Pour allumer votre Luminette® Drive, appuyez courtement sur la touche Marche-Arrêt (voir figure 1). Pour modifier l'intensité de la lumière, il vous suffit d'exercer une pression courte sur ce même bouton. Le changement s'opère de manière cyclique : niveau 1, niveau 2, niveau 3, puis retour au niveau 1, etc. Le Luminette® Drive reste allumée pendant 20 minutes, clignote trois fois lorsque la session est terminée et s'éteint automatiquement. Pour éteindre votre Luminette® Drive au milieu d'une session, maintenez le bouton On-Off enfoncé (pendant 2 secondes).

G. Comment positionner le Luminette® Drive?

Pour bénéficier d'une efficacité maximale et d'un confort de conduite idéal, vous devez placer correctement le Luminette® Drive dans votre véhicule.

Pour bien positionner votre Luminette® Drive:

- Placez le clip de fixation magnétique sur votre pare-soleil à l'aide du bandeau élastique prévu à cet effet et serrez celui-ci fermement.
- « Clippez » l'appareil sur votre pare-soleil à l'aide du clip magnétique.

- A l'aide du mètre ruban, mesurez la distance entre votre visage et l'appareil afin de déterminer l'intensité lumineuse appropriée.
    - Si votre visage se trouve à moins de 10 cm de l'appareil, choisissez l'intensité 1
    - Si votre visage se trouve entre 10 et 20 cm, choisissez l'intensité 2
    - Si votre visage se trouve à plus de 20 cm, choisissez l'intensité n°3.

En vous observant dans le miroir central de votre voiture, assurez-vous que la bande lumineuse bleue est bien placée en travers de vos yeux.

Attention: veillez à ne pas diriger votre regard directement vers les LED.

H. Comment entretenir ma Luminette® Drive ?

Ce dispositif est prévu pour une utilisation dans la voiture. Après chaque utilisation, il est vivement recommandé de décrocher l'appareil de son support magnétique et le ranger dans un endroit approprié (boite-à-gants par exemple). Pour nettoyer votre Luminette® Drive, utilisez un chiffon doux que vous aurez humidifié d'un peu d'eau claire et d'une solution nettoyante douce (alcool dénaturé). Protégez aussi la lentille éclairante, plus fragile, et évitez d'y poser vos doigts. Si des traces apparaissent malgré vos précautions, nettoyez-les simplement avec un coton.

IV. Garantie et service après-vente

A. Garantie

Lucimed garantit le fonctionnement de ses appareils dans le cadre d'un usage conforme à la notice d'utilisation et contre tout défaut de fabrication. Cette garantie couvre les pièces et la main-d'œuvre. En cas de défaillance de l'appareil, Lucimed assure gratuitement la réparation pendant 2 ans, à compter de la date d'achat. La garantie est valable uniquement sur présentation de la facture d'achat. La date d'intervention doit se situer dans la période de garantie. La garantie ne couvre pas les défaillances dues à une cause accidentelle, à un mauvais usage ou une négligence, et en cas de modifications ou réparations effectuées par des personnes non qualifiées. En aucun cas, cette garantie ne peut donner droit à des dommages et intérêts. Lucimed assure le service après-vente pendant et après la période de garantie dans tous les pays où le produit est officiellement vendu et distribué. Le consommateur bénéficie en tout état de cause des conditions des articles 1641 et suivants du Code Civil relatifs à la garantie légale. Mentionnez le numéro de série et la date d'achat dans toute correspondance. En cas de problème, rendez-vous sur le site. Attention ! Si jamais vous perdiez cette notice d'utilisation, souvenez-vous qu'il est possible de la télécharger sur le site www.myluminette.com.

B. Accessoires

Les accessoires suivants sont disponibles à l'achat:

- Adaptateur et câble de chargement type C : référence KYTW050100BV-03

V. Environnement

Si votre appareil ne fonctionne plus, ne le jetez pas avec les ordures ménagères. La batterie rechargeable intégrée dans votre appareil contient des substances nuisibles à l'environnement. Veillez à retirer la batterie usagée avant de mettre l'appareil au rebut, et déposez-la à l'endroit prévu à cet effet. Vous contribuerez ainsi à la protection de l'environnement. Si vous n'arrivez pas à la retirer, rapportez l'appareil là où vous l'avez acheté.

Pour retirer la batterie :

- Assurez-vous que l'appareil est débranché et que la batterie est vide.
- Dévissez le capot de l'appareil à l'aide d'un outil adapté.
- Débranchez la câble de la batterie et retirez la batterie de l'appareil.

VI. Spécifications techniques

A. Caractéristiques de l'appareil

Général	
Marque déposée	Luminette®
Modèle appareil	Luminette Drive
Modèle adaptateur	KYTW050100BU-03
Electrique	
Tension d'entrée nominale de l'adaptateur	12-24V DC
Fréquence d'entrée nominale de l'adaptateur	50-60 Hz
Tension de sortie nominale de l'adaptateur	5V DC
Puissance de sortie nominale de l'adaptateur	12 W
Type d'alimentation	
1 Batterie lithium ion rechargeable	3.7V 2200 mAh
Classification	
Mode de fonctionnement	Continu
Classe d'isolation en fonctionnement	Source électrique interne (batterie)

Classe d'isolation en mode recharge	II
Indice de protection	IP20
Caractéristiques physiques	
Dimensions	17 x 16 x 3 cm
Poids	51 gr
Intensité lumineuse en position 1 à 10 cm	± 100 lux
Intensité lumineuse en position 2 à 20 cm	± 100 lux
Intensité lumineuse en position 3 à 30 cm	± 100 lux
Caractéristiques spectrales	
Pic Longueur d'onde Largeur de bande	 470 nm 50 nm
Nominal Spectral irradiance (100% intensity) Maximal Spectral irradiance (100% intensity) Maximal variation of the output	21,8 µW/cm^2 25,4 µW/cm^2 ±7%
Conditions de fonctionnement	
Température	0° C – + 45° C
Taux d'humidité relative	35 % – 85 %
Limites de pression atmosphérique	700 hPa - 1060 hPa

Conditions de stockage et de transport	
Température	-20° C – + 40° C
Taux d'humidité relative	35 % – 85 %
Durée de vie	
Durée de vie de l'appareil	6 ans
Durée de vie de l'adaptateur	3 ans

B. Symboles

Les symboles suivants peuvent apparaître sur l'appareil:

Symboles	Description
	Fabriqué pour : Lucimed SA, Rue le marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, Belgique Tel : +32 4 369 48 36
	Année de fabrication
 SN 0000	Numéro de série

	Consultez le mode d’emploi fourni.
	Cet appareil doit être éliminé dans une structure de récupération et de recyclage appropriée.
	Lisez attentivement le manuel d’utilisation avant usage.
IP20	Degré de protection contre la pénétration de corps étrangers et d’eau
	Gardez au sec
	L’emballage de cet appareil est recyclable.
CE	CE signifie Conformité européenne.

C. Responsabilité du fabricant

En notre qualité de fabricant, nous assumons la responsabilité de la sécurité, de la fiabilité et du fonctionnement de l'appareil, uniquement lorsque celui- ci est utilisé conformément à la notice d'utilisation et que les modifications et les réparations ont été réalisées exclusivement par du personnel agréé par nos soins. Veuillez prendre contact avec le fabricant si vous nécessitez une assistance à l'installation, l'utilisation ou à l'entretien de l'appareil ou si vous rencontrez un problème inattendu. Tout incident grave survenu en lien avec le Luminette® Drive doit faire l'objet d'une notification à Lucimed et à l'autorité compétente de votre pays.

NL

I. Inleiding

U hebt zojuist de Luminette® Drive gekocht. Gefeliciteerd met uw aankoop en welkom in de wereld van de lichttherapie « on-the-go » !

Belangrijk: Lees deze handleiding aandachtig en zorgvuldig voordat u uw Luminette® Drive bedient en gebruikt. Neem ook de tijd om uw apparaat te ontdekken met behulp van afbeelding 1.

A. De rol van licht

Het menselijk brein gebruikt de licht/donker-cyclus om interne functies zoals stemming, eetlust, spijsvertering, slaap, libido, etc. te synchroniseren. Deze circadiaanse ritmes, die oscilleren over een periode van 24 uur, vormen onze biologische klok.

Melatonine staat algemeen bekend als « het slaaphormoon ». De hersenen scheiden het uit wanneer het schemert om ons aan te zetten tot slapen. Maar wanneer de dag aanbreekt, wanneer er licht aanwezig is, stoppen de hersenen deze afscheiding. We staan gemakkelijke op en we hebben veel energie.

Naast het regulerende effect op onze biologische klok, heeft licht belangrijke effecten op onze stemming, het verhoogt de alertheid en verbetert fysieke en intellectuele prestaties.

B. Lichttherapie

In sommige situaties loopt de biologische klok niet meer synchroon met de externe omgeving. De circadiaanse ritmes zijn dan « asynchroon ». Dit

is met name het geval in de winter, wanneer de helderheid van het licht niet langer voldoende is. Bij sommige mensen zien we de winterblues verschijnen, of zelfs een winter blues. Dit wordt vooral gezien bij mensen die de neiging hebben om te vroeg of te laat in slaap te vallen..

Het tijdverschil of « jetlag » is een andere vorm van verstoring van de biologische klok. Deze tijdzones gerelateerde vermoeidheid (die meer dan 10% van de reizigers in Europa treft) is nu ook erkend als echte pathologie. Al deze aandoeningen kunnen worden verlicht of zelfs worden verholpen door het juiste gebruik van licht en duisternis. Wanneer licht niet in natuurlijke vorm aanwezig is, is lichttherapie de medische oplossing die het meest voordeel biedt met de minste bijwerkingen.

C. Toepassingen

- Winterblues
- Vermoeidheid - Daling in energie
- Problemen met het slaapritme
- Reizen in verschillende tijdzones

Dit product is niet goedgekeurd als medisch hulpmiddel volgens de EEG-norm 93/42.

D. Contra-indicaties

Ongeacht de reden waarom u uw Luminette® Drive gebruikt, adviseren wij u de aanbevolen gebruikstijd per dag niet te overschrijden.

Er zijn weinig contra-indicaties.

Als u een oogziekte heeft (glaucoom, retinitis, retinopathie, maculaire degeneratie), raden we u aan uw specialist te raadplegen voordat u de Luminette® Drive gebruikt . In het geval van staar kan het zijn dat de lichttherapie minder effectief is.

Als u lijdt aan psychiatrische stoornissen (depressie, hysterie, neurose en psychose), wordt het aanbevolen een arts te raadplegen alvorens het apparaat te gebruiken.

Le Luminette® Drive kan ook worden gebruikt met contactlenzen of corrigerende lenzen.

E. Mogelijke reacties

Bijwerkingen van het licht van dit apparaat zijn relatief mild en van voorbijgaande aard. Ze kunnen omvatten:

- Hoofdpijn.
- Vermoeidheid van de ogen of visuele stoornissen, intra-oculaire druk.
- Misselijkheid.
- Agitatie, sedatie, nervositeit en zeer zelden hypomanie of manie.

Maatregelen om deze bijwerkingen te voorkomen of te verminderen:

- Verhoog de helderheid aan de binnenkant van de passagierszijde van uw voertuig.
- Verminder de lichtintensiteit van het apparaat als deze reacties optreden.

- Gebruik het apparaat enkele dagen niet tot de reacties verdwijnen en probeer het dan opnieuw.

F. Veiligheid

Dit apparaat voldoet aan de technische voorschriften en veiligheidsnormen die van toepassing zijn op de elektrische apparaten en die betrekking hebben op blootstelling aan elektromagnetische velden (EMV). Om de levensduur van uw Luminette® Drive te garanderen, raden wij u aan om:

- Enkel originele accessoires te gebruiken.
- Nooit uw Luminette® Drive in water te dompelen.
- Uw Luminette® Drive nooit met grote hoeveelheden water te wassen.
- Uw Luminette® Drive niet in de zon, op een vochtige plats of op een stoffige plaats te laten liggen.

Waarschuwing!

- Wijzigingen aan het apparaat en de accessoires zijn niet toegestaan.
- Dit apparaat kan niet worden aangesloten op een verlengsnoer of stekkerdoos.
- Gebruik het apparaat altijd met de meegeleverde adapter of ander compatibel systeem zoals gespecificeerd in de handleiding.
- De adapter is de netwerkisolator en moet altijd gemakkelijke toegankelijk zijn.

- De buitenkant van de plastieken behuizing kan een temperatuur van 49° bereiken.
- Bij wederkerende elektromagnetische of andere interferenties met andere apparaten, neem het apparaat weg.
- De Luminette mag niet worden gebruikt naast andere apparaten en mag niet worden gestapeld langs andere apparaten, omdat dit tot storingen kan leiden. Als dit gebruik toch noodzakelijk is, moeten geobserveerd worden dat dit apparaat en de andere apparaten normaal functioneren.
- Het gebruik van andere accessoires en kabels dan die gespecificeerd of geleverd, kan leiden tot verhoogde elektromagnetische emissies of verminderde immuniteit van dit apparaat, wat een onjuiste werking kan veroorzaken.
- Draagbare radiofrequentie communicatieapparatuur (inclusief randapparatuur zoals antennekabels en externe antennes) mag niet dichter dan 30 cm (12 inch) van elk deel van de Luminette® Drive worden gebruikt, inclusief de gespecificeerde kabels. Indien dit toch gebeurt, kunnen de prestaties van deze apparaten aangetast worden.

G. Verkeersveiligheid

De gebruiker blijft te allen tijde verantwoordelijk voor het gebruik van het apparaat met het volste respect voor de gebruiksvoorwaarden en de bepalingen van de wegcode.

In het bijzonder:

- De regeling van het apparaat (de lichtintensiteit of de lichthoek) kan enkel worden uitgevoerd wanneer het voertuig stilstaat buiten het wegverkeer.
- De Luminette Drive is in geen geval een vervanging of complement voor de wegverlichting. Gebruik het apparaat enkel overdag of op voldoende verlichte wegen, onder optimale licht- en zichtomstandigheden.
- Onderbreek ogenblikkelijk het gebruik van het apparaat in geval van verblinding, vermindering van het gezichtsveld of ongemak.

LUCIMED wijst elke verantwoordelijkheid af voor ongevallen in geval van gebrek aan kennis van de gebruiksvoorwaarden.

II. Gebruik

A. Wanneer kan ik de Luminette® Drive gebruiken?

1. Om de winterblues tegen te gaan

U mist energie en motivatie, u hebt moeite om 's morgens op te staan, u voelt de behoefte om te overwinteren, u eet meer, u merkt een daling van je libido? Dan ervaart u waarschijnlijk de winterblues. Deze toestand is het gevolg van een afname van de helderheid in de herfst en winter. We adviseren een lichttherapiesessie zo snel mogelijk na het wakker worden.

2. Om de vermoeidheid en daling in energie tegen te gaan

De Luminette ® Drive bootst de gunstige effecten van de zon na en stimuleert de receptoren specifiek in het oog die de energiereactie van

het lichaam op licht bekrachtigen. Dit helpt u om een daling in energie te bestrijden, u fitter, actiever en alerter te voelen en uw humeur te verbeteren. We adviseren een lichttherapiesessie zo snel mogelijk na het wakker worden.

3. Om slaapritmestoornissen tegen te gaan

Sommige slaapstoornissen komen van het versnellen of vertragen van de fase van de biologische klok. In volgende gevallen kan lichttherapie een oplossing bieden.

- Vertraging van de fase

Bent u geneigd om 's avonds lang wakker te blijven en hebt u het moeilijk om 's morgens wakker te worden? We adviseren een lichttherapiesessie zo snel mogelijk na het wakker worden.

- Versnelling van de fase

Hebt u moeite om 's avonds wakker te blijven en wordt u 's morgens te vroeg wakker? We raden een lichttherapiesessie aan in de late namiddag of vroege avond; twee tot drie uur voor u naar bed gaat.

4. Om het werk in ploegen te optimaliseren

Als u meer dan drie opeenvolgende dagen 's nachts werkt en het moeilijk vindt om wakker te blijven tijdens het werk en/of op weg naar huis, raden wij u aan een lichttherapiesessie aan net voor u begint met werken, en ingeval van slaperigheid, een tweede sessie tijdens uw pauze. Wij adviseren u uit voorzorg contact op te nemen met uw arbeidsgeneesheer.

B. Hoelang duurt een lichttherapiesessie?

De aanbevolen duur van uw Luminette Drive is 20 minuten. Wanneer de sessie is afgelopen, wordt het apparaat automatisch uitgeschakeld.

C. Hoe vaak moet ik de Luminette® Drive gebruiken?

Wij raden u aan de Luminette® Drive een keer per dag te gebruiken.

D. Hoe lang duurt het om eer ik de effecten voel?

Sommige mensen beginnen de regulerende effecten van de Luminette® Drive al te voelen vanaf het eerste gebruik. Anderen na één tot twee weken bij dagelijks gebruik.

E. Hoe de Luminette® Drive opladen?

Het opladen van het apparaat is heel eenvoudig.

Om op te laden:

- Sluit de type C connector van de kabel aan op de daarvoor bestemde sleuf op uw Luminette® Drive (zie afbeelding 1) en sluit de andere standaard USB-connector aan op de laadpoort.
- Steek de lader in de sigaretten aanstekerpoort van uw voertuig.
- Wanneer het apparaat volledig is opgeladen (de oplaadtijd bedraagt ongeveer 2 uur), trekt u de kabel uit het toestel.

Oplaadindicatie:

- Wanneer uw Luminette® Drive wordt opgeladen, knippert het groene lampje langzaam.

- Wanneer uw Luminette® Drive volledig is opgeladen, stopt hetzelfde groene lampje met knipperen en blijft het branden.
- In geval van een fout (probleem met de batterij of met het circuit), knippert het rode lampje snel.
- Het apparaat is functioneel tijdens het opladen.

Levensduur van de batterij:

De levensduur is afhankelijk van de gekozen intensiteit. Ter indicatie, de correct geladen Luminette® Drive moet minimum een bereik van 10 sessies bieden. De aanduiding van het resterende vermogen wordt aangegeven door een lampje : dat is groen zolang de levensduur van het apparaat voldoende is voor één sessie. Het wordt rood wanneer het aangeraden is om het apparaat op te laden.

F. Ingebruikname en afsluiten

Waarschuwing: Vóór het eerste gebruik, zorg ervoor dat het apparaat is goed is opgeladen, zodat uw Luminette® Drive blijft functioneren gedurende de volledige sessie.

Om uw Luminette® Drive in te schakelen, drukt u kort op de aan/uit-knop (zie figuur 1) . Om de intensiteit van het licht te veranderen, druk gewoon kort op dezelfde knop. Verandering vindt cyclisch plaats: niveau 1, niveau 2, niveau 3 en dan keert u terug naar niveau 1, enz. De Luminette® Drive blijft 20 minuten aan, knippert drie keer wanneer de sessie voltooid is en schakelt automatisch uit. Als u uw Luminette® Drive tijdens een sessie wilt uitschakelen , houdt u de aan/uit-knop ingedrukt (gedurende 2 seconden).

G. Hoe de Luminette® Drive plaatsen?

Voor maximale efficiëntie en ideaal rijcomfort moet u de Luminette® Drive correct in uw voertuig plaatsen.

Om uw Luminette® Drive correct te positioneren:

- Plaats de magnetische bevestigingsclip op uw zonneklep met de hiervoor bestemde elastische band en draai deze stevig vast.
- « Clip » het apparaat op uw zonneklep met behulp van de magnetische clip.
- Gebruik het meetlint om de afstand tussen uw gezicht en het apparaat te meten om de juiste lichtintensiteit te bepalen.
    - Als uw gezicht zich minder dan 10 cm van het apparaat bevindt, kiest u intensiteit 1
    - Als uw gezicht zich tussen 10 en 20 cm van het apparaat bevindt, kiest u intensiteit 2
    - Als uw gezicht zich meer dan 20 cm van het apparaat bevindt, kiest u intensiteit 3

Terwijl u in de achteruitkijkspiegel van uw voertuig kijkt, moet u ervoor zorgen dat de blauwe lichtstrip goed over uw ogen is geplaatst.

Waarschuwing: Kijk niet rechtstreeks in de LED lampjes.

H. Hoe onderhoud ik mijn Luminette® Drive ?

Dit apparaat is bedoeld voor gebruik in de auto. Na elk gebruik wordt ten zeerste aanbevolen om het apparaat uit de magnetische houder

te halen en op een geschikte plaats op te bergen (bijvoorbeeld in het handschoenkastje). Om uw Luminette® Drive proper te maken, gebruikt u best een zachte doek die u hebt bevochtigd met wat helder water en een mild reinigingsmiddel (gedenatureerde alcohol). Bescherm ook de heldere lens en vermijd aanraking van uw vingers aan de lens. Als er ondanks uw voorzorgsmaatregelen toch sporen verschijnen, reinigt u deze eenvoudig met een wattenschijfje.

IV. Garantie en service na verkoop

A. Garantie

Lucimed garandeert de werking van zijn apparaten voor gebruik in overeenstemming met de gebruiksaanwijzing en tegen elke fabricagefout. Deze garantie dekt onderdelen en arbeid. In geval van storing van het apparaat biedt Lucimed gratis reparatie gedurende 2 jaar vanaf de datum van aankoop. De garantie is enkel geldig op vertoon van de aankoopfactuur. De interventiedatum moet binnen de garantieperiode vallen. De garantie dekt geen defecten ten gevolge van een toevallige oorzaak, misbruik of nalatigheid, en in het geval van aanpassingen of reparaties door ongekwalificeerde personen. In geen geval kan deze garantie aanleiding geven tot schadevergoeding. Lucimed biedt een service na verkoop tijdens en na de garantieperiode in alle landen waar het product officieel wordt verkocht en verdeeld. De consument profiteert in elk geval van de voorwaarden van artikels 1641 en volgende van het Burgerlijke Wetboek met betrekking tot de wettelijke garantie. Vermeld het serienummer en de aankoopdatum in alle correspondentie. Als er

een probleem is, ga dan naar de website. Waarschuwing ! Als u deze handleiding zou kwijt raken, kan u deze altijd downloaden op de website www.myluminette.com.

B. Onderdelen

Volgende onderdelen zijn ook te koop:

- Adapter en laadkapel type c: referentie KYTW050100BV-03

V. Milieu

Indien uw apparaat niet meer werkt, gooi het dan niet bij het regulier huishoudafval. De ingebouwde oplaadbare batterij in uw apparaat bevat schadelijke stoffen voor het milieu. Verwijder de gebruikte batterij voordat u het apparaat weggooit en gooi het weg in de daarvoor bestemde afvalcontainer. U draagt zo bij aan de bescherming van het milieu. Als u niet in staat bent om de batterij te verwijderen, brengt u het toestel naar de plaats waar u het hebt gekocht..

Om de batterij te verwijderen:

- Zorg ervoor dat het toestel is losgekoppeld en dat de batterij leeg is.
- Schroef de kap van het apparaat los met daarvoor bestemd gereedschap.
- Koppel de kabel van de accu los en verwijder de batterij van het apparaat.

VI. Technische specificaties

A. Kenmerken van het apparaat

Algemeen	
Geregistreerd handelsmerk	Luminette®
Model apparaat	Luminette Drive
Model adapter	KYTW050100BU-03
Elektrisch	
Voltage ingang adapter	12-24V DC
Frequentie ingang adapter	50-60 Hz
Voltage uitgang adapter	5V DC
Wattage uitgang adapter	12 W
Type vermogen	
1 lithium ion oplaadbare batterijen	3.7V 2200 mAh
Classificatie	
Gebruiksmodus	Continu
Klasse isolatie in gebruiksmodus	Interne elektrische voeding (batterij)

Klasse isolatie in oplaadmodus	II
Beschermingsindex	IP20
Fysieke kenmerken	
Afmetingen	17 x 16 x 3 cm
Gewicht	51 gr
Lichtintensiteit positie 1 op 10 cm	± 100 lux
Lichtintensiteit positie 2 op 20 cm	± 100 lux
Lichtintensiteit positie 3 op 30 cm	± 100 lux
Spectrale kenmerken	
Piek Golflengte Bandbreedte	 470 nm 50 nm
Nominale spectrale bestraling (100% intensiteit) Maximale spectrale bestraling (100% intensiteit) Maximale variatie van de output	21,8 µW/cm^2 25,4 µW/cm^2 ±7%
Gebruiksvoorwaarden	
Temperatuur	0° C – + 45° C
Relatieve vochtigheid	35 % – 85 %
Grenzen atmosferische druk	700 hPa - 1060 hPa

Opslag- en transportvoorwaarden	
Temperatuur	-20° C – + 40° C
Relatieve vochtigheid	35 % – 85 %
Levensduur	
Levensduur van het apparaat	6 jaar
Levensduur van de adapter	3 jaar

B. Symbolen

De volgende symbolen kunnen op het apparaat verschijnen:

Symbolen	Beschrijving
	Gemaakt voor: Lucimed NV, Rue le marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, België Tel : +32 4 369 48 36
	Jaar van fabricage
	Serienummer

	Raadpleeg de handleiding
	Dit apparaat moet verwijderd worden via een geschikte recyclagestructuur
	Lees aandachtig de handleiding voor gebruik
IP20	Beschermingsgraad tegen vreemde stoffen en tegen water
	Houd op het droge
	De verpakking van dit apparaat is recycleerbaar
CE	CE betekent Europese Conformiteitsverklaring.

C. Verantwoordelijkheid van de fabrikant

Omtrent onze kwaliteit van de fabrikant, veronderstellen we de verantwoordelijkheid van de veiligheid, van de betrouwbaarheid van het functioneren van het apparaat, enkel wanneer het wordt gebruikt in overeenstemming met de handleiding en enkel wanneer aanpassingen en herstellingen worden uitgevoerd uitsluitend door het personeel geautoriseerd door onze zorg. Gelieve contact op te nemen met de fabrikant indien u hulp nodig hebt bij de installatie, bij het gebruik of bij het onderhoud van het apparaat of indien u een onverwacht probleem tegenkomt. Elk ernstig incident in verband met een Luminette® Drive moet kenbaar gemaakt worden aan Lucimed en aan de bevoegde autoriteit in uw land.

IT

I. Introduzione

Avete appena acquistato il Luminette® Drive. Vogliamo congratularci con voi per il vostro acquisto e darvi il benvenuto nel mondo della terapia della luce in movimento!

Importante: Prima di accendere e usare il vostro Luminette® Drive, leggete per favore attentamente questo manuale assicurandovi di mantenerlo in un posto sicuro e prendetevi tempo sufficiente per scoprire il vostro dispositivo guardando la Figura 1.

A. Il ruolo della luce

Tramite il ciclo della luce/oscurità, il cervello umano sincronizza le funzioni quali l'umore, l'appetito, la digestione, la libido, ecc. Questi ritmi circadiani, che oscillano durante 24 ore, costituiscono il nostro orologio biologico.

Ci si riferisce comunemente alla melatonina come all' "ormone del sonno". Il cervello la secreta al calare dell'oscurità, periodo che contiene il sonno. Viceversa, allo spuntare del giorno, in presenza della luce, il cervello smette di secretare la melatonina, permettendoci di alzarci facilmente la mattina, pieni di energia.

Oltre al suo effetto di regolare il nostro orologio biologico, la luce influisce notevolmente sull'umore, la prontezza mentale e le prestazioni fisiche ed intellettuali, migliorandole.

B. Terapia della luce

In alcune situazioni, l'orologio biologico non è più sincronizzato con l'ambiente esterno. I cicli circadiani sono dunque, "desincronizzati". Questo è paticolarmente vero in inverno, quando vi è un'insufficiente quantità di luce. A questo punto alcune persone sviluppano una tristezza invernale. Questo può anche essere il caso di quelle persone che tendono ad andare a dormire troppo presto o troppo tardi.

Il jet lag è un altro tipo di disturbo dell'orologio biologico, come anche i disturbi dovuti al lavoro frammentato (che colpiscono più del 10% dei lavoratori in Europa), i quali vengono ora riconosciuti come delle reali patologie. Tutti questi disturbi possono essere ridotti oppure addirittura eliminati con l'uso corretto della luce e dell'oscurità. Se la luce non può essere trovata nella sua forma naturale, la terapia della luce rappresenta la soluzione terapeutica che offre il più gran numero di benefici e il minor numero di effetti collaterali.

C. Le sue applicazioni

- Tristezza invernale
- Fatica – poca energia
- Problemi relativi ai ritmi del sonno
- Lavoro frammentato

Questo prodotto non viene considerato un dispositivo medico ai sensi della direttiva 93/42/CEE.

D. Controindicazioni

Qualsiasi sia la ragione dell'acquisto del Luminette® Drive, vi raccomandiamo di evitare un uso giornaliero che ecceda il periodo consigliato.

Ci sono poche controindicazioni.

Se soffrite di un disturbo agli occhi (glaucoma, retinite, retinopatia, degenerazione maculare), vi raccomandiamo di consultare uno specialista prima di utilizzare il Luminette® Drive. In presenza di cataratta, la terapia della luce può essere meno efficace.

In caso di disturbi psichiatrici (depressione, isteria, nevrosi e psicosi), vi raccomandiamo di consultare un dottore prima di utilizzare questo dispositivo.

Il Luminette®Drive può anche essere utilizzato con degli occhiali da vista o delle lenti a contatto.

E. Possibili reazioni

Le reazioni avverse alla luce di questo dispositivo sono relativamente leggere e temporanee. Potrebbero includere:

- Mal di testa.
- Affaticamento degli occhi o disturbi visivi, pressione intraoculare.
- Nausea.
- Agitazione, sedazione, nervosismo, e molto raramente ipomania o mania.

Per evitare, ridurre o mitigare questi effetti avversi, si possono adottare le seguenti misure:

- Aumenta leggermente la luminosità degli interni del tuo veicolo, facendo attenzione a non causare fastidio agli occhi, abbagliamento, fastidio o riduzione del campo visivo.
- Ridurre l'intensità della luce del dispositivo nel caso in cui si verificassero queste reazioni.
- Evitare di usare il dispositivo per alcuni giorni fino a che queste reazioni spariscano e poi riprovare.

F. Sicurezza

Questa attrezzatura è conforme ai regolamenti tecnici e di sicurezza applicabili ai dispositivi elettrici e a quelli relativi all'esposizione ai campi elettromagnetici. Questo dispositivo è conforme alla sezione 15 del regolamento della FCC. Per assicurare la longevità del vostro Luminette Drive, vi raccomandiamo di:

- Utilizzare soltanto gli accessori originali.
- Non immergere mai il Luminette® Drive nell'acqua.
- Non lavare il Luminette® Drive con molta acqua.
- Non lasciare il Luminette® Drive alla luce diretta del sole o in luoghi umidi o polverosi.

Attenzione!

- Non sono permesse modifiche al dipsositivo o agli accessori.

- Questa unità non può venire connessa ad un cavo di prolunga o ad una ciabatta di alimentazione.
- Usare sempre l'unità con l'adattatore fornito o un altro sistema compatibile che viene specificato nel manuale.
- L'adattatore è il dispositivo di disconnessione di rete e deve essere sempre a disposizione.
- Il rivestimento esterno del componente principale in materia plastica può essere sottoposto a delle temperature fino a 49°C.
- Se ci dovessero essere delle interferenze, elettromagnetiche o di altro tipo, allontanare il dispositivo Luminette dall'altro dispositivo.
- Il dispositivo Luminette non dovrebbe essere utilizzato vicino o sopra altri dispositivi per evitarne il malfunzionamento. Nel caso che questo dovesse essere inevitabile, monitorare entrambi i dispositivi per assicurane il corretto funzionamento.
- L'uso di accessori e cavi diversi da quelli previsti o inclusi potrebe causare un aumento delle emissioni elettromagnetiche o una diminuizione dell'integrità dell'attrezzatura e potrebbe risultarne un malfunzionamento.
- I dispositivi di comunicazione con radiofrequenza (inclusi oggetti come i cavi di antenne e le antenne esterne) non dovrebbero venire utilizzati a meno di 30 cm di distanza da ogni parte del Luminette® Drive, inclusi i cavi. Altrimenti il funzionamento di questi dispositivi potrebbe venire ostacolato.

G. Sicurezza stradale

L'utente rimane l'unico responsabile per l'uso del dispositivo in ogni momento e nel rigoroso rispetto dei termini di servizio e della Highway Traffic Act.

In particolare:

- Le impostazioni del dispositivo (luminosità o angolo del raggio) possono essere regolate solo a veicolo fermo e fuori strada.
- Luminette Drive non è un sostituto o un complemento delle luci stradali. Utilizzare il dispositivo solo durante il giorno o su strade sufficientemente illuminate, in condizioni di luce e visibilità ottimali.
- Interrompere immediatamente l'uso del dispositivo in caso di abbagliamento, campo visivo ridotto o disagio.

LUCIMED non è responsabile per incidenti causati dalla mancata lettura di questi termini di servizio.

II. Utilizzo

A. Quando posso usare il Luminette® Drive?

1. Per combattere la tristezza stagionale

Vi mancano energia e motivazione? Fate fatica ad alzarvi al mattino? Sentite la necessità di venire ibernati? Fate più sovente degli spuntini? Notate una diminuizione della vostra libido? Probabilmente siete soggetti alla tristezza invernale. Questi comportamenti possono essere il risultato

della riduzione della luminosità durante l'autunno. Vi raccomandiamo una sessione di terapia della luce il più presto possibile dopo il risveglio.

2. Per combattere la fatica e poca energia

Il Luminette® Drive riproduce gli effetti benefici del sole e agisce su dei ricettori particolari negli occhi che stimolano l'azione energizzante della luce sul corpo. Questo vi aiuterà a combattere le perdite di energia e migliorerà anche il vostro umore. Vi raccomandiamo una sessione di terapia della luce il più presto possibile dopo il risveglio.

3. Per combattere i disturbi dei ritmi del sonno

Alcuni disturbi del sonno sono causati da un anticipo o da un ritardo dell'orologio biologico. In questi casi, la terapia della luce può fornire una soluzione.

- Un ritardo dell'orologio biologico

Tendete ad addormentarvi troppo tardi o ad avere delle difficoltà ad alzarvi al mattino? Vi raccomandiamo una sessione di terapia della luce il prima possibile dopo il risveglio.

- Un anticipo dell'orologio biologico

Avete delle difficoltà a stare svegli la sera o vi alzate troppo presto? Vi raccomandiamo una sessione di terapia della luce nel tardo pomeriggio o nella prima serata, due o tre ore prima dell'ora in cui desiderate andare a dormire.

4. Per ottimizzare il lavoro frammentato

Se lavorate durante la notte per più di tre giorni consecutivi e avete delle

difficoltà a restare svegli al lavoro e/o tornando a casa, vi raccomandiamo una sessione di terapia della luce prima di incominciare il lavoro e, in caso di sonnolenza, una seconda sessione durante la pausa lavorativa.

Come precauzione vi consigliamo di contattare il vostro dottore.

B. Quanto tempo dura una sessione di luminoterapia?

Si raccomanda di utilizzare il vostro Luminette Drive per 20 minuti. Una volta terminata la sessione, il dispositivo si spegne automaticamente.

C. Quanto spesso dovrei utilizzare il Luminette® Drive?

Raccomandiamo di utilizzare il Luminette® Drive una volta al giorno.

D. Quanto tempo passa prima di avvertirne gli effetti?

Alcune persone incominciano ad avvertire gli effetti regolarizzanti del Luminette® Drive fin dal primo utilizzo. Altri, dopo una o due settimane di uso giornaliero.

E. Come caricare il Luminette® Drive?

Caricare il dispositivo è molto semplice.

Procedere in questo modo:

- Collegare il cavo col connettore tipo C al vostro Luminette® Drive nel posto specificato (guardare figura 1) e collegare il connettore USB alla porta di ricarica.
- Connettere il caricatore alla porta dell'accendisigari della tua auto.

- Quando il dispositivo sarà completamente carico (ci vorranno circa 2 ore), disconnettere il cavo dal dispositivo.

Indicazioni di carica:

- Quando il vostro Luminette® Drive si sta caricando, la luce verde dell'indicatore lampeggia lentamente.
- Quando il vostro Luminette®Drive è completamente carico, la luce verde smette di lampeggiare e resta accesa.
- Nell'eventualità di un errore (guasto della batteria o del circuito), una luce LED rossa lampeggia velocemente.
- Il dispositivo può venire utilizzato mentre è in carica.

Autonomia del dispositivo:

La sua autonomia dipende dall'intensità della luce scelta. Indicativamente il Luminette® Drive dovrebbe avere un'autonomia di al meno dieci sessioni. Il tempo rimanente della durata della batteria è segnalato da un indicatore luminoso: se la luce è verde la batteria durerà per una sessione se è rossa si raccomanda di ricaricare il dispositivo.

F. Accendere e spegnere

Attenzione: Prima del primo utilizzo, assicurarsi che il dispositivo sia completamente carico per permettere al vostro Luminette® Drive di poter funzionare durante l'intera sessione.

Per accendere il vostro Luminette® Drive, tenere premuto brevemente il pulsante On/Off (vedere figura 1). Per cambiare l'intesità della luce,

premere brevemente lo stesso pulsante. Il cambiamento avviene ciclicamente: livello 1, livello 2, livello 3, e poi si ritorna al livello 1, ecc.

Il Luminette® Drive rimane acceso per 20 minuti, lampeggia tre volte e si spegne automaticamente quando la sessione è terminata. Per spegnere il vostro Luminette® Drive durante una sessione, tenere premuto il pulsante On-Off (per 2 secondi).

G. Come posizionare il Luminette® Drive ?

Per una massima efficacità e un comfort ideale mentre si guida, dovrete posizionare correttamente il Luminette® Drive sul veicolo.

Per posizionare in modo corretto il vostro Luminette® Drive (vedere figura 2)

- Sistemare la clip magnetica di fissaggio sul visierino parasole tramite la banda elastica fornita e fissare saldamente.
- Agganciare il dispositivo sul visierino parasole utilizzando la clip magnetica.
- Usando un centimetro, misurare la distanza tra il vostro viso ed il dispositivo per determinare la giusta intensità della luce.

  - Se il vostro viso è lontano meno di 10 cm dal dispositivo, scegliete l'intensità n°1.

  - Se il vostro viso è lontano dal dispositivo tra 10 e 20 cm, scegliete l'intensità n°2.

  - Se il vostro viso e' lontano più di 20 cm dal dispositivo, scegliete l'intensità n°3.

Guardandovi nello specchietto centrale della vostra auto, assicuratevi che la facia di luce blu sia posizionata attraverso gli occhi.

Attenzione: State attenti a non fissare direttamente i LED.

H. Manutenzione del Luminette Drive

Questo dispositivo è creato per essere usato in macchina. Dopo ogni utilizzo, si raccomanda vivamente di staccare il dispositivo dalla clip magnetica e di riporlo in un posto appropriato (per esempio nel vano portaoggetti). Per pulire il Luminette® Drive, usare un panno morbido che è stato immmerso in acqua pulita con una soluzione detergente delicata (alcol denaturato). Assicuratevi di proteggere le lenti illuminanti ed evitate di toccarle con le dita. Se nonostante le precauzioni dovessero restare delle impronte, pulire semplicemente con del cotone.

IV. Garanzia e servizio post vendita

A. Garanzia

Lucimed garantisce il funzionamento della sua apparecchiatura solo se usata in conformità alle istruzioni. La garanzia copre anche qualsiasi difetto di fabbricazione. Questa garanzia copre i ricambi e la manodopera. Nel caso di un guasto del dispositivo, Lucimed offrirà una riparazione gratuita per due anni a partire dalla data d'acquisto. La garanzia è valida solo se si presenta la fattura d'acquisto. La data dell'intervento deve essere contenuta nel periodo di garanzia. La garanzia non copre i guasti dovuti a cause accidentali, uso improprio o negligenza e neppure quelli dovuti a delle riparazioni effettuate da persone non qualificate. In nessun

caso può questa garanzia dar luogo a una pretesa di danni. Lucimed offre un servizio di assistenza durante e dopo il periodo di garanzia in tutti i paesi dove il prodotto viene venduto e distribuito ufficialmente. Il consumatore beneficia delle condizioni dell'articolo 1641 e della garanzia legale prevista nel codice civile. Nella corrispondenza menzionare il numero seriale e la data d'acquisto. In caso di problemi, andare sul sito. Attenzione! Nel caso in cui doveste perdere questo manuale, ricordate che si può scaricare da www.myluminette.com.

B. Accessori

I seguenti accessori sono inclusi all'acquisto:

- Adattatore e cavo tipo C : riferimento KYTW050100BV-03

V. Ambiente

Se il vostro dispositivo smette di funzionare, non gettarlo via con i rifiuti domestici. La batteria ricaricabile integrata nel dispositivo contiene sostanze che possono essere nocive all'ambiente. Vi preghiamo di rimuovere la batteria prima di gettare via il dispositivo. Portate il tutto nell'area designata per questo scopo. Questo aiuterà a proteggere l'ambiente. Se non riuscite a rimuoverla, portate il dispositivo dove l'avete acquistato.

Per rimuovere la batteria:

- Assicurarsi che il dispositivo sia disconnesso e la batteria vuota.
- Svitare il coperchio dell'unità usando un attrezzo adeguato.
- Disconnettere il cavo della batteria e rimuovere dall'unità.

VI. Specifiche tecniche

A. Caratteristiche del dispositivo

Generalità	
Marchio registrato	Luminette®
Modello del dispositivo	Luminette Drive
Modello adattatore	KYTW050100BU-03
Electricità	
Tensione nominale in ingresso dell'adattatore	12-24V DC
Potenza nominale in ingresso dell'adattatore	50-60 Hz
Tensione nominale in uscita dell'adattatore	5V DC
Potenza nominale in uscita dell'adattatore	12 W
Tipo di alimentazione	
1 Pila ricaricabile a ioni di litio	3.7V 2200 mAh
Classificazione	
Modalità operativa	Continua
Classe di isolamento in modalità operativa	Fonte di alimentazione interna (pila)

Classe di isolamento in modalità ricarica	II
Classe di protezione	IP20
Specifiche fisiche	
Dimensioni	17 x 16 x 3 cm
Peso	51 gr
Intensità della luce in posizione da 1 a 10	± 100 lux
Intensità della luce in posizione da 2 a 20 cm	± 100 lux
Intensità della luce in posizione da 3 a 30 cm	± 100 lux
Specifiche dello spettro	
Picco Lunghezza d'onda Larghezza di banda	 470 nm 50 nm
Irradiamento spettrale nominale (100% intensità) Irradiamento spettrale massimo (100% intensità) Variazione massima in uscita	21,8 µW/cm^2 25,4 µW/cm^2 ±7%
Condizioni operative	
Temperatura	0° C – + 45° C
Livello di umidità relativa	35 % – 85 %

Limiti di pressione atmosferica	700 hPa - 1060 hPa
Condizioni di conservazione e trasporto	
Temperatura	-20° C – + 40° C
Livello di umidità relativa	35 % – 85 %
Aspettativa di durata	
Durata di vita del dispositivo	6 anni
Durata di vita dell'adattatore	3 anni

B. Simboli

I seguenti simboli appaiono sul dispositivo:

Simboli	Descrizione
	Modalità per: Lucimed SA, Rue le marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, Belgium Tel: +32 4 369 48 36
	Anno di produzione
	Numero seriale

	Riferitevi alle istruzioni fornite.
	Questa attrezzatura deve essere smaltita in modo appropriato e in un impianto di riciclaggio.
	Leggere attentamente il manuale d'uso prima dell'utilizzo.
IP20	Grado di protezione contro la penetrazione di corpi estranei e di acqua.
	Mantenere asciutto.
	L'imballaggio del dispositivo si può riciclare.
CE	CE stands for European Declaration of Conformity.

C. Responsabilità del produttore

Come produttori, siamo responsabili della sicurezza, dell'affidabilità e del funzionamento del dispositivo solo se questo viene utilizzato secondo le istruzioni d'uso e solo se la modifica o le riparazioni sono state effettuate dal personale da noi autorizzato. Nel caso richiediate assistenza con l'istallazione, l'utilizzo o la manutenzione dell'apparecchio o se doveste riscontrare dei problemi inattesi, vi preghiamo di contattare il produttore. In caso di incidenti gravi riguardanti il Luminette® Drive, riferiteli alla Drive Lucimed e all'autorità competente del vostro paese.

CZ

I. Úvod

Právě jste si zakoupili Luminette® Drive. Rádi bychom Vám poblahopřáli k nákupu a vítáme Vás ve světě světelné terapie za pohybu!

Důležité: Před zapnutím a použitím Luminette® Drive si prosím pozorně přečtěte tuto příručku a zajistěte, že ji uschováte na bezpečném místě. Dále se ujistěte, že budete věnovat dostatek času na poznání vašeho zařízení pomocí obrázku 1.

A. Úloha světla

Prostřednictvím světla/tmy synchronizuje lidský mozek funkce, jako jsou nálada, chuť k jídlu, trávení, spánek, libido atd. Tito cirkadiánní rytmy, které oscilují v průběhu 24 hodin, představují naše biologické hodiny.

Melatonin je to, co se běžně označuje jako „spánkový hormon". Mozek jej vylučuje při setmění, které pak indukuje spánek. Naopak, za svítání, za přítomnosti světla, mozek zastaví sekreci melatoninu, což nám umožňuje snadněji a energicky vstávat.

Kromě regulačního účinku na naše biologické hodiny světlo významně ovlivňuje náladu, bdělost a fyzickou a duševní výkonnost tím, že je zlepšuje.

B. Světelná terapie

V některých situacích již nejsou biologické hodiny v synchronizaci s vnějším prostředím. Cirkadiánní rytmy jsou proto „desynchronizovány". To je zejména případ zimního období, kdy je nedostatečné množství světla, a

v tomto období se pak u některých lidí rozvíjí zimní smutek nebo sezónní deprese. To je také něco, co lze vidět u lidí, kteří mají tendenci chodit spát příliš brzy nebo příliš pozdě.

Pásmová nemoc je jiný typ narušení biologických hodin, stejně jako poruchy z práce ve směnném provozu (ty se dotýkají více než 10 % pracovníků v Evropě), které jsou nyní uznávány jako skutečné patologické. Všechny tyto poruchy mohou být zmírněny nebo dokonce eliminovány správným používáním světla a tmy. Když nelze světlo zajistit v přírodní formě, pak je světelná terapie lékařským řešením, které nabízí nejvíce přínosných aspektů s nejmenšími vedlejšími účinky.

C. Její využití

- Zimní blues
- Únava – nízká energie
- Problémy se spánkovými rytmy
- Práce ve směnném provozu

Tento produkt nebyl schválen jako zdravotnické zařízení dle směrnice 93/42/CEE.

D. Kontraindikace

Ať už je Váš důvod pro nákup Luminette® Drive jakýkoli, doporučujeme, abyste se vyhnuli překročení doporučené denní spotřeby.

Existuje jen velmi málo kontraindikací.

Pokud trpíte potížemi s očima (glaukom, retinitida, retinopatie, makulární degenerace), doporučujeme poradit se s odborníkem ještě před použitím Luminette® Drive. Pokud máte šedý zákal, tak může být světelná terapie méně účinná.

Pokud trpíte psychickými poruchami (deprese, hysterie, neuróza a psychóza), doporučujeme poradit se s lékařem ještě před použitím tohoto zařízení.

Luminette® Drive lze také používat s brýlemi nebo kontaktními čočkami.

E. Možné reakce

Nežádoucí účinky ze světla tohoto zařízení jsou relativně mírné a dočasné. Mohou zahrnovat:

- Bolesti hlavy.
- Oční napětí nebo poruchy vidění, nitrooční tlak.
- Nevolnost.
- Neklid, sedaci, nervozitu a velmi zřídka hypománii nebo mánii.

Aby bylo těmto nepřiznivým účinkům zabráněno, nebo byly zmírněny či zredukovány, mohou být přijata následující opatření:

- Mírně zvyšte jas interiéru vašeho vozidla a dejte pozor, abyste nezpůsobili nepohodlí očí, oslnění, nepohodlí ani zmenšení zorného pole.
- Snížení intenzity světla zařízení, pokud trpíte některou z těchto reakcí.

- Vyvarujte se používání přístroje po několik dní, dokud nežádoucí účinky nevymizí, a pak to zkuste znovu.

F. Bezpečnost

Toto zařízení splňuje požadavky technických předpisů a bezpečnostních norem pro elektronické zdravotnické prostředky a prostředky spojené s expozicí elektromagnetickým polím (EMC). Toto zařízení vyhovuje části 15 pravidla FCC. Pro zajištění dlouhé životnosti Vašeho Luminette® Drive Vám doporučujeme:

- Používejte pouze originální příslušenství.
- Neponořujte Luminette® Drive do vody.
- Nemyjte Luminette® Drive pod proudem vody.
- Nenechávejte Luminette® Drive na přímém slunečním světle či na vlhkém nebo prašném místě.

Pozor!

- Nejsou povoleny žádné úpravy přístroje a jeho příslušenství.
- Tento přístroj nemůže být připojen k prodlužovacímu kabelu nebo rozvodce.
- Vždy používejte jednotku s dodávaným adaptérem nebo jakýmkoli jiným kompatibilním systémem, jak je uvedeno v uživatelské příručce.
- Adaptér je síťový vypínač zařízení a musí být vždy snadno přístupný.

- Vnější plášť hlavního plastového pláště může dosáhnout teploty až 49 °C.
- Pokud dojde k nějakému rušení, elektromagnetickému či jinému, pak přesuňte zařízení Luminette dále od zařízení, které jej ruší.
- Zařízení Luminette by nemělo být používáno vedle nebo na jiných zařízeních, protože by mohlo dojít k poruše. V případě, že je takové použití nevyhnutelné, monitorujte obě zařízení a ujistěte se, že fungují normálně.
- Použití jiného příslušenství a kabelů, než uvedeného nebo poskytnutého, může způsobit zvýšení elektromagnetických emisí nebo snížení integrity zařízení a může mít za následek nesprávnou funkčnost.
- Přenosná vysokofrekvenční komunikační zařízení (včetně položek, jako jsou anténní kabely a externích antény) by neměla být používána blíže než 30 cm (12 palců) ke kterékoliv části Luminette® Drive, včetně uvedených kabelů. V opačném případě může být ovlivněn výkon těchto zařízení.

G. Bezpečnost silničního provozu

Uživatel je nadále odpovědný za používání zařízení po celou dobu a za přísného dodržování podmínek služby a zákona o silniční dopravě.

Zejména:

- Nastavení zařízení (jas nebo úhel paprsku) lze upravit, pouze když vozidlo stojí a mimo silnici.

- Luminette Drive nenahrazuje nebo nenahrazuje silniční světla. Zařízení používejte pouze během dne nebo na dostatečně osvětlených silnicích, za optimálních světelných a viditelných podmínek.
- Okamžitě přestaňte zařízení používat v případě oslnění, sníženého zorného pole nebo nepohodlí.

Společnost LUCIMED neodpovídá za nehody způsobené nedodržením těchto podmínek služby.

II. Použití

A. Kdy mohu používat Luminette® Drive?

1. Chcete-li bojovat proti sezonnímu smutku

Postrádáte energii a motivaci? Mate potíže při ranním vstávání? Máte potřebu spánku? Jíte více? Dochází ke snížení Vašeho libida? Tak pravděpodobně trpíte zimním smutkem. K tomuto stavu dochází při snížení slunečního svitu na podzim a v zimě. Doporučujeme zahájení světelné terapie co nejdříve po probuzení.

2. Chcete-li bojovat proti únavě a nízké energii

Luminette® Drive reprodukuje blahodárné účinky slunce a stimuluje specifické receptory v očích, které spouštějí energetickou reakci těla na světlo. Ta pomáhá v boji proti ztrátám energie, cítíte se více fit, aktivní a ve střehu, také dokáže zlepšit náladu. Doporučujeme zahájení světelné terapie co nejdříve po probuzení.

3. V rámci boje proti poruchám spánkového rytmu

Některé poruchy spánku jsou způsobeny předbíhajícími se nebo zpožděnými biologickými hodinami. V těchto případech může světelná terapie poskytnout řešení.

- Zpožděné biologické hodiny

Máte tendenci usnout příliš pozdě a maté potíže ráno vstát? Doporučujeme lehkou světelnou terapii co nejdříve po probuzení.

- Předbíhající se biologické hodiny

Máte potíže zůstat večer vzhůru a budíte se příliš brzy? Doporučujeme světelnou terapii v pozdních odpoledních hodinách nebo v podvečer, dvě až tři hodiny před dobou, kdy chcete jít do postele.

4. Pro optimalizaci práce ve směnném provozu

Pracujete-li v noci déle než tři po sobě jdoucí dny a máte potíže zůstat vzhůru v práci a/nebo po cestě domů, pak doporučujeme lehkou světelnou terapii těsně před začátkem práce a v případě únavy pak druhou relaci během Vaší pracovní přestávky.

Jako preventivní opatření Vám doporučujeme obrátit se na svého obvodního lékaře.

B. Jak dlouho trvá relace světelné terapie?

Doporučená doba použití Vašeho Luminette Drive je 20 minut. Jakmile relace skončí, tak se přístroj automaticky vypne.

C. Jak často mám používat Luminette® Drive?

Doporučujeme používat Luminette® Drive jednou denně.

D. Jak dlouho trvá, než začnu pociťovat výsledky?

Někteří lidé začnou cítit regulující účinky Luminette® Drive hned od prvního použití. Ostatní pak po jednom až dvou týdnech každodenního používání.

E. Jak nabíjet Luminette® Drive?

Nabíjení přístroje je velmi jednoduché.

Udělejte toto:

- Připojte konektor kabelu typu C do určeného umístění Vašeho Luminette® Drive (viz obrázek 1) a druhý konektor standardu USB do nabíjecího portu.
- Zapojte nabíječku do portu cigaretového zapalovače Vašeho vozu.
- Když je přístroj plně nabitý (doba nabíjení je asi 2 hodiny), odpojte kabel od zařízení.

Indikace nabíjení:

- Když se Luminette® Drive nabíjí, bliká zelená kontrolka nabíjení pomalu.
- Když je Luminette® Drive plně nabit, stejná zelená kontrolka přestane blikat a zůstane svítit.

- V případě chyby (baterie nebo selhání obvodu) bliká rychle červená LED kontrolka.
- Přístroj lze používat při nabíjení.

Výdrž baterie zařízení:

Výdrž baterie zařízení závisí na zvolené intenzitě. Orientačně by výdrž baterie Luminette® Drive měla být alespoň deset relací. Zbývající výdrž baterie je indikována kontrolkou: ta je zelená, když je životnost baterie tohoto zařízení dostatečná pro další relaci a červená, když je doporučeno nabít zařízení.

F. Zapnutí/Vypnutí

Pozor: Před prvním použitím zkontrolujte, zda je přístroj plně nabitý, aby byl Váš Luminette® Drive schopen fungovat po celou dobu trvání relace.

Chcete-li zapnout Luminette® Drive, stiskněte a krátce podržte tlačítko On/Off (viz obrázek 1). Chcete-li změnit intenzitu světla, jednoduše krátce stiskněte stejné tlačítko. Tato změna se provádí cyklicky: úroveň 1, úroveň 2, úroveň 3, pak zpět na úroveň 1, atd.

Luminette Drive® zůstává svítit po dobu 20 minut, pak třikrát zabliká, když je relace ukončena a automaticky se vypne. Chcete-li vypnout Luminette® Drive uprostřed relace, stiskněte a podržte tlačítko On/Off (na 2 sekundy).

G . Jak mám umístit Luminette® Drive?

Pro maximální účinnost a optimální jízdní komfort je nutné umístit

Luminette® Drive do vozidla správně.

Správné umístění Luminette® Drive (viz obrázek 2)

- Umístěte magnetickou fixační svorku na Vaší sluneční clonu pomocí poskytované elastické gumičky a pevně ji utáhněte.
- „Připevněte" zařízení na Vaší sluneční clonu pomocí magnetické svorky.
- Pomocí svinovací metru změřte vzdálenost mezi Vaší tváří a zařízením s cílem určit vhodnou intenzitu světla.
    - Je-li Váš obličej ve vzdálenosti menší než 10 cm od zařízení, zvolte intenzitu č. 1.
    - Je-li Váš obličej ve vzdálenosti mezi 10 a 20 cm od přístroje, zvolte intenzitu č. 2.
    - Je-li Váš obličej ve vzdálenosti větší než 20 cm od zařízení, zvolte intenzitu č. 3.

Při pohledu na sebe ve zpětném zrcátku Vašeho automobilu se ujistěte, že pás modrého světla je namířen přes Vaše oči.

Pozor: Dejte si pozor, abyste se nedívali přímo do LED.

H. Jak udržovat Luminette Drive?

Tento přístroj je určen pro použití v automobilech. Po každém použití je doporučeno odpojit zařízení z magnetické svorky a uložit jej na vhodném místě (například přihrádka). K čištění Luminette® Drive použijte měkký navlhčený hadřík, který byl namočený v čisté vodě s jemným čisticím

roztokem (denaturovaný líh). Ujistěte se, že ochráníte křehké svítící čočky a vyhněte se šahání na ně prsty. Pokud jsou na nich stále známky znečištění navzdory Vaším opatřením, jednoduše je očistěte bavlnou.

IV. Záruční a pozáruční servis

A. Záruka

Společnost Lucimed zaručuje provoz svých zařízení v souladu s návodem k použití a proti jakékoliv výrobní vadě. Tato záruka se vztahuje pouze na materiál a práci. V případě poruchy zařízení poskytne společnost Lucimed bezplatnou opravu po dobu 2 let od data nákupu. Záruka je platná pouze po předložení dokladu o koupi. Datum zásahu musí být v záruční době. Záruka se nevztahuje na vady způsobené mimořádnou událostí, nesprávným použitím nebo nedbalostí, a v případě, kdy úpravy nebo opravy byly provedeny nekvalifikovanými osobami. V žádném případě tato záruka neposkytuje nárok na náhradu škody. Společnost Lucimed poskytuje poprodejní servis během a po záruční době ve všech zemích, kde je výrobek oficiálně prodáván a distribuován. Mezi spotřebitelské výhody patří podmínky uvedené v článku 1641 občanského zákoníku týkajícího se právních záruk. Ve veškeré korespondenci uveďte sériové číslo a datum zakoupení. V případě potíží prosím přejděte na webovou stránku. Pozor! Ztratíte-li tento návod k použití, mějte prosím, na paměti, že je možné jej stáhnout z www.myluminette.com.

B. Příslušenství

Následující příslušenství je k dispozici při nákupu:

- Adaptér a kabel typu C: reference KYTW050100BV-03

V. Životní prostředí

Pokud váš přístroj přestane fungovat, nevyhazujte jej spolu s domovním odpadem. Integrovaná dobíjecí baterie v přístroji obsahuje látky, které jsou škodlivé pro životní prostředí. Vyjměte prosím baterii před vyhozením zařízení a odneste ji do prostor určených k tomuto účelu. Tím přispějete k ochraně životního prostředí. Pokud nejste schopni ji vyjmout, přineste zařízení zpět na místo, kde jste jej koupili.

Postup pro vyjmutí baterie:

- Ujistěte se, že je zařízení odpojeno a baterie je vybitá.
- Odšroubujte kryt jednotky pomocí vhodného nástroje.
- Odpojte kabel baterie od baterie a vyjměte baterii z přístroje.

VI. Technická specifikace

A. Charakteristika zařízení

Všeobecné	
Registrovaná ochranná známka	Luminette®
Model zařízení l	Luminette Drive
Adaptér modelu	KYTW050100BU-03
Elektřina	
Běžné vstupní napětí adaptéru	12-24V DC
Nominální vstupní frekvence adaptéru	50-60 Hz
Nominální výstupní napětí adaptéru	5V DC
Nominální výstupní výkon adaptéru	12 W
Typ napájení	
1 Dobíjecí lithium-iontová baterie	3.7V 2200 mAh
Klasifikace	
Provozní režim	Plynulý
Třída izolace v provozu	Vnitřní zdroj energie (baterie)

Třída izolace v nabíjecím módu	II
Třída ochrany	IP20
Fyzické specifikace	
Rozměry	17 x 16 x 3 cm
Hmotnost	51 gr
Intenzita světla v poloze 1 à 10 cm	± 100 lux
Intenzita světla v poloze 2 à 20 cm	± 100 lux
Intenzita světla v poloze 3 à 30 cm	± 100 lux
Spektrální specifikace	
Vrchol Vlnová délka Šířka pásma	 470 nm 50 nm
Nominální spektrální ozáření (100% intenzita) Maximální spektrální ozáření (100% intenzita) Maximální výkon variace	21,8 µW/cm^2 25,4 µW/cm^2 ±7%
Provozní podmínky	
Teplota	0° C – + 45° C
Relativní vlhkost	35 % – 85 %

Limity atmosférického tlaku	700 hPa - 1060 hPa
Skladovací a přepravní podmínky	
Teplota	-20° C – + 40° C
Relativní vlhkost	35 % – 85 %
Očekávaná životnost	
Životnost zařízení	6 let
Životnost adaptéru	3 roky

B. Symboly

Následující symboly se mohou objevit na zařízení:

Symboly	Popis
	Režim pro: Lucimed SA, Rue le marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, Belgium Tel: +32 4 369 48 36
	Rok výroby
	Sériové číslo

	Postupujte podle uvedených pokynů.
	Toto zařízení musí být zlikvidováno vhodným způsobem a ve vhodném recyklačním zařízení.
	Před použitím si pečlivě přečtěte návod k obsluze.
IP20	Stupeň ochrany proti vniknutí cizích těles a vody.
	Udržujte v suchu
	TObal tohoto zařízení je recyklovatelný
CE	CE je zkratka pro European Declaration of Conformity.

C. Odpovědnost výrobce

Jako výrobce jsme zodpovědní za bezpečnost, spolehlivost a funkčnost přístroje pouze v případě, že je používán v souladu s návodem k obsluze a úpravy a opravy jsou prováděny výhradně námi pověřenými osobami. Pokud budete potřebovat pomoc s instalací, použitím nebo údržbou přístroje, nebo pokud se vyskytnou nečekané problémy, obraťte se na výrobce. Jakýkoli závažný incident související s Luminette® Drive musí být nahlášen společnosti Lucimed a příslušnému orgánu ve Vaší zemi.

