

637-001



DK	Wellness lampe	2
SE	Harmonilampa.....	4
NO	Lysterapilampe.....	6
FI	Kirkasvalolamppu.....	8
UK	Wellness Lampe	10
DE	Wellnesslampe	12
PL	Lampa lecznicza do terapii światłem	14

INTRODUKTION

For at du kan få mest mulig glæde af dit nye apparat, beder vi dig gennemlæse denne brugsanvisning, før du tager apparatet i brug. Vi anbefaler dig desuden at gemme brugsanvisningen, hvis du senere skulle få brug for at genopfriske din viden om apparatets funktioner.

SIKKERHEDSFORANSTALTNINGER

Almindelig brug af apparatet

- Forkert brug af apparatet kan medføre personskade og beskadige apparatet.
- Anvend kun apparatet til det, det er beregnet til. Producenten er ikke ansvarlig for skader, der opstår som følge af forkert brug eller håndtering (se også under Garantibestemmelser).
- Apparatet må kun sluttes til 230 V, 50 Hz.
- Apparatet eller ledningen til lysnettet må ikke nedsænkes i vand eller lignende.
- Apparatet må ikke bruges i fugtige omgivelser.
- Rør ikke ved apparatet med fugtige hænder.
- Når apparatet er i brug, bør det holdes under konstant opsyn. Børn bør altid holdes under opsyn, når apparatet anvendes.
- Apparatet er ikke egnet til erhvervsbrug eller udendørs brug.
- Apparatet må ikke tildækkes.

Ledning, stik og stikkontakt

- Sluk altid på tænd/sluk-knappen, og tag stikket ud af stikkontakten, så snart du er færdig med at bruge apparatet.
- Hold ledningen væk fra varme genstande og åben ild.
- Kontrollér jævnligt, om ledningen eller stikket er beskadiget, og brug ikke apparatet, hvis dette er tilfældet, eller hvis det har været tabt på gulvet, tabt i vand eller er blevet beskadiget på anden måde.
- Hvis apparatet, ledningen eller stikket er beskadiget, skal apparatet efterses og om nødvendigt repareres af en autoriseret reparatør, da der ellers er risiko for at få elektrisk stød. Forsøg aldrig at reparere apparatet selv.
- Tag stikket ud af stikkontakten inden rengøring.
- Undlad at trække i ledningen, når du tager stikket ud af stikkontakten, men tag fat om selve stikket.
- Undlad at vikle ledningen rundt om apparatet.
- Kontrollér, at det ikke er muligt at trække i eller snuble over apparatets ledning eller en eventuel forlængerledning.

Om brug af lysterapi

- Brug ikke apparatet i rum, der ikke er oplyst af andre lyskilder. Apparatet skal bruges som lyssupplement, ikke til rumoplysning.
- Se ikke direkte på apparatet i for lang tid. Følg brugsanvisningen nedenfor.
- Ved første brug af apparatet kan du blive træt i øjnene og/eller få hovedpine. Dette er normalt, og bivirkningerne bør hurtigt forsvinde igen. Søg læge, hvis de ikke gør.
- Tal med din læge, inden du påbegynder behandling med apparatet, hvis du
 - o lider af eller har lidt af en svær depression
 - o er overfølsom over for lys
 - o har øjensmerter
 - o bruger særlige former for medicin, f.eks. psykofarmaka eller malariapiller
 - o lider af forhøjet blodtryk.
- Søg læge, hvis brug af apparatet medfører fysiske eller mentale symptomer af nogen art, eller hvis du har andre lægelige spørgsmål eller problemer.

OVERSIGT OVER APPARATETS DELE

1. Skærm
2. Ophængningshul
3. Tænd/sluk-knap
4. Bærehåndtag
5. Monteringsskruer til skærmen
6. Støtteben
7. Sikringsbøjle
8. Lysstofrør
9. Glimtænder
10. Fatning



BRUG AF APPARATET

Apparatet bruges til lysbade/lysterapi, der modvirker vintertræthed. Vintertræthed kan medføre følgende symptomer:

- Træthed
- Dårligt humør eller humørsvingninger
- Manglende energi
- Øget søvnbehov
- Manglende koncentrationsevne
- Manglende appetit

Mere end 60 % af befolkningen menes at opleve et eller flere symptomer på vintertræthed i vinterhalvåret på grund af dagslysets lave intensitet.

Det mest effektive tidspunkt at tage et lysbad på er mellem klokken 6 og klokken 20. Det anbefales at bruge apparatet 2 timer om dagen.

Du kan tage lysbad, så ofte du har lyst, men behandlingen er mest effektiv, hvis du tager lysbade af nedenstående varighed på mindst 5 dage lige efter hinanden.

Placering af apparatet

- Vip støttebenet (6) ud, og stil apparatet på et bord. eller
- Hæng apparatet op på væggen i ophængningshullet (2) på bagsiden.
- o Kontrollér, at væggen og skruen/sømmet kan bære apparatets vægt, inden ophængning.

Brug af apparatet

- Sæt stikket i stikkontakten, og tænd apparatet på tænd/sluk-knappen (3).
- Sæt dig ved apparatet, så du kan se lyset uden at skulle anstrenge dig, og dit ansigt er 20-60 cm fra skærmen (1). Du behøver ikke sidde lige foran skærmen.
- Lysbadets længde afhænger af, hvor langt du sidder fra skærmen:

Afstand til skærmen	Maks. længde af lysbad
60 cm	ca. 2 timer
40 cm	ca. 1 time
20 cm	ca. ½ time

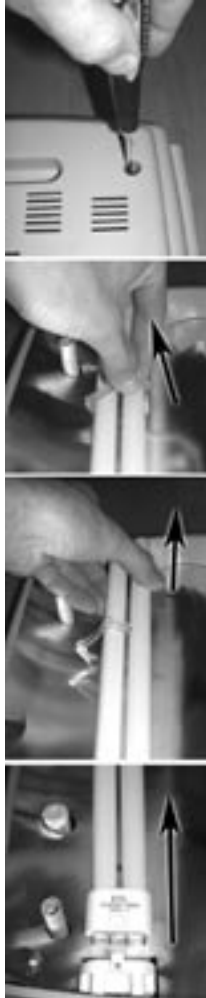
- Lysbadet kan afbrydes undervejs, og du kan sagtens foretage dig andre ting under lysbadet (f.eks. læse eller se tv), så længe du sidder inden for 60 cm af apparatet.
- Se ikke direkte ind i lyset konstant, men kig på det med jævne mellemrum.
- Sluk altid på tænd/sluk-knappen, og tag stikket ud af stikkontakten, så snart du er færdig med at bruge apparatet.

Lad apparatet køle af i mindst 15 minutter, inden du stiller det væk eller transporterer det i bærehåndtaget (4).

UDSKIFTNING AF LYSSTOFRØR

Lysstofrørens (8) levetid er ca. 10.000 timers normal brug. Hvis lysstofrørene svigter, skal de udskiftes.

- Løsn monterings skrueerne (5) på apparatets bagside ved hjælp af en skruetrækker, læg apparatet på bagsiden, og løft skærmen af.
- o Bemærk, at de fire beslag på skærmens forside løsner sig, når skrueerne løsnes. Pas på, at de ikke bliver væk, da skærmen ellers ikke kan genmonteres korrekt.
- Løft sikringsbøjlen (7), og løft forsigtigt lysstofrørets øverste ende op fra apparatet.
- Træk røret fri af fatningen (10) i bunden af apparatet. Bortskaf det brugte lysstofrør i henhold til de regler, der gælder i din kommune.
- Isæt et nyt lysstofrør i omvendt rækkefølge.
- o Begge lysstofrør bør udskiftes samtidig.
- Monter skærmen igen.



RENGØRING

- Tag stikket ud af stikkontakten inden rengøring.
- Lad apparatet køle af, før det rengøres.
- Undlad at bruge stærke eller slibende rengøringsmidler, opløsningsmidler eller lign. til rengøring af apparatet, da disse rengøringsmidler kan ridse eller ødelægge de udvendige flader.
- Apparatet må ikke nedsænkes i vand, og der må ikke trænge vand ind i det.
- Lad apparatet tørre helt efter rengøring, inden det bruges igen.

Udvendig rengøring

- Aftør apparatet med en blød klud fugtet med lidt vand.

Indvendig rengøring

- Afmonter skærmen som beskrevet ovenfor, aftør reflektoren, indersiden af skærmen og lysstofrørene med en blød klud fugtet med lidt vand. Monter skærmen igen.

OPLYSNINGER OM BORTSKAFFELSE OG GENBRUG AF DETTE PRODUKT

Bemærk, at dette Adexi-produkt er forsynet med dette symbol:



Det betyder, at produktet ikke må kasseres sammen med almindeligt husholdningsaffald, da elektrisk og elektronisk affald skal bortskaffes særskilt.

I henhold til WEEE-direktivet skal hver medlemsstat sikre korrekt indsamling, genvinding, håndtering og genbrug af elektrisk og elektronisk affald. Private husholdninger i EU kan gratis aflevere brugt udstyr på særlige genbrugsstationer. I visse medlemsstater kan du i visse tilfælde returnere det brugte udstyr til den forhandler, du købte det af på betingelse af, at du køber nyt udstyr. Kontakt forhandleren, distributøren eller de kommunale myndigheder for at få yderligere oplysninger om, hvordan du skal håndtere elektrisk og elektronisk affald.

GARANTIBESTEMMELSER

Garantien gælder ikke:

- hvis ovennævnte ikke iagttages
- hvis der har været foretaget uautoriserede indgreb i apparatet
- hvis apparatet har været misligholdt, udsat for en voldsom behandling eller lidt anden form for overlast
- hvis fejl i apparatet er opstået på grund af fejl på ledningsnettet.

Da vi hele tiden udvikler vores produkter på funktions- og designsiden, forbeholder vi os ret til at foretage ændringer i produktet uden forudgående varsel.

IMPORTØR

Adexi Group

www.adexi.dk

Vi tager forbehold for trykfejl

INTRODUKTION

För att du skall få ut så mycket som möjligt av din nya utrustning är det lämpligt att du läser igenom denna bruksanvisning innan du använder apparaten första gången. Vi rekommenderar även att du sparar bruksanvisningen för framtida bruk.

SÄKERHETSÅTGÄRDER

Normal användning av apparaten

- Felaktig användning av den här apparaten kan orsaka personskador och skador på apparaten.
- Använd endast för dess avsedda ändamål. Tillverkaren ansvarar inte för skador som uppstår till följd av felaktig användning eller hantering (se även Garantivillkor).
- Får endast anslutas till 230 V, 50 Hz.
- Sänk inte ned den i vatten eller någon annan vätska.
- Använd den inte i fuktiga miljöer.
- Hantera inte apparaten med blöta händer.
- Lämna aldrig apparaten oövervakad när den är igång och håll barn under uppsikt.
- Lämpar sig inte för kommersiellt bruk eller utomhusbruk.
- Får ej övertäckas.

Sladd, stickkontakt och eluttag

- Stäng alltid av apparaten med strömbrytaren och dra alltid ur sladden när den inte används.
- Håll sladden på avstånd från heta föremål och öppen eld.
- Kontrollera regelbundet att inte sladden eller stickproppen är skadade, och använd inte apparaten om någon del är skadad, om den har tappats i golvet, i vatten eller skadats på något annat sätt.
- Om apparaten eller stickproppen är skadad, måste utrustningen undersökas och om nödvändigt repareras av en auktoriserad reparatör. I annat fall finns risk för elektriska stötar. Försök aldrig reparera apparaten själv.
- Dra ut stickkontakten ur vägguttaget före rengöring.
- Undvik att dra i sladden när stickkontakten skall dras ur vägguttaget. Håll i stickkontakten i stället.
- Linda inte sladden runt apparaten.
- Kontrollera att ingen riskerar att snubbla över sladden eller en eventuell förlängningsladd.

Användning av ljusterapi

- Använd inte i rum som inte är upplyst av någon annan ljuskälla. Endast för användning som ett komplement till annat ljus, inte som belysning.
- Titta inte direkt på apparaten under lång tid. Följ bruksanvisningen nedan.
- Efter de första behandlingarna kan ögontrötthet och/eller huvudvärk förekomma. Detta är normalt, och biverkningarna försvinner vanligen snabbt. Om inte, konsultera en läkare.
- Konsultera läkare innan du använder ljusterapilampan om du
 - o lider, eller har lidit av, svåra depressioner
 - o är överkänslig för ljus
 - o har ögonbesvär
 - o du tar någon särskild medicin, så som psykofarmaka eller malariatabletter
 - o lider av högt blodtryck
- Rådgör med din läkare om ljusterapilampan ger några fysiska eller psykiska symptom, eller om har andra medicinska frågor eller problem.

BESKRIVNING AV APPARATENS DELAR

1. Skärm
2. Hål för väggupphängning
3. On/off-knapp
4. Bärhandtag
5. Skärmskruvar
6. Stativ
7. Säkerhetskållare
8. Lysrör
9. Startknapp
10. Uttag



ANVÄNDNING

För ljusbad/ljusterapi med syfte att motverka effekterna av vinterdepression, som kan ge följande symptom:

- Trötthet
- Nedstämdhet eller humörsvängningar
- Brist på energi
- Ökat behov av sömn
- Koncentrationssvårigheter
- Aptitlöshet

Mer än 60 % av befolkningen tros lida av ett eller flera symptom på vinterdepression, på grund av vintersolens låga intensitet.

Den mest effektiva tiden på dagen för att ta ljusbad är mellan 6.00 på morgonen och 20.00 på kvällen. Den rekommenderade tiden är två timmar per dag.

Du kan ta ljusbad så ofta du vill, men behandlingen är mest effektiv om du tar dem enligt tidsangivelserna nedan, i minst fem dagar i sträck.

Placering av apparaten

- Fäll ut stativet (6) och placera apparaten på ett bord. eller
- Häng apparaten på väggen med hjälp av hålet (2) på baksidan.
- o Kontrollera att väggen och skruven/spiken klarar av apparatens vikt, innan du sätter upp den.

Använd

- Anslut kontakten till eluttaget och sätt på apparaten med hjälp av strömbrytaren (3).
- Sitt framför lampan så att du lätt kan se ljuset, och med ansiktet 20-60 cm från skärmen (1). Du behöver inte sitta precis framför skärmen.
- Ljusbadets längd beror på avståndet mellan ansiktet och skärmen:

Avstånd till skärmen	Maxlängd på ljusbadet
60 cm	Ungefär 2 timmar
40 cm	Ungefär 1 timme
20 cm	Ungefär ½ timme

- Du kan ta en paus under behandlingen, och syssla med andra saker medan du tar ljusbadet (t.ex. läsa eller se på TV) så länge du inte sitter mer än 60 cm från apparaten.
- Stirra inte in i ljuskällan hela tiden, men titta in i ljuset då och då.
- Stäng alltid av apparaten med strömbrytaren och dra alltid ur sladden när den inte används.

Låt apparaten svalna i minst 15 minuter innan du ställer undan den, eller bär den i handtaget (4).

BYTA UT LYSRÖR

Vid normal användning har lysrören (8) en livslängd på ungefär 10 000 timmar. Om ett lysrör inte fungerar måste det bytas ut.

- Lossa de fasthållande skruvarna (5) på baksidan med hjälp av en skruvmejsel, lägg apparaten med baksidan neråt och avlägsna skärmen.
- o Notera att de fyra hållarna på skärmens framsida kommer att sitta löst när skruvarna lossas. Var försiktig så att du inte tappar bort dem, eftersom skärmen då inte kan sättas på plats på rätt sätt.
- Lyft på säkerhetshållaren (7) och lyft försiktigt den övre änden av lysröret från apparaten.
- Ta loss lysröret från lamphållaren (10) i botten på apparaten. Kassera de använda lysrören i enlighet med gällande lokala föreskrifter.
- När du sätter i ett nytt lysrör följer du anvisningarna i omvänd ordningsföljd.
- o Båda lysrören bör bytas samtidigt.
- Sätt tillbaka skärmen.



RENGÖRING

- Dra ut stickkontakten ur vägguttaget före rengöring.
- Låt apparaten svalna före rengöring.
- Använd inte lösningsmedel eller starka eller slipande rengöringsmedel för att rengöra apparaten, eftersom dessa kan repa eller skada ytan.
- Sänk aldrig ned apparaten i vatten och vatten får heller inte tränga in i den.
- Låt den torka helt efter rengöring innan du använder den igen.

Rengöring av apparatens utsida

- Torka med fuktig, mjuk trasa.

Rengöring av apparatens insida

- Avlägsna skärmen enligt instruktionerna ovan, torka av reflektorn, skärmens insida och lysrören med en fuktig, mjuk trasa. Sätt tillbaka skärmen.

INFORMATION OM KASSERING OCH ÅTERVINNING AV DENNA APPARAT

Lägg märke till att denna Adexi-produkt är märkt med följande

symbol: 

Det innebär att denna produkt inte får kasseras ihop med vanligt hushållsavfall eftersom avfall som utgörs av eller innehåller elektriska eller elektroniska produkter måste kasseras separat.

Direktivet om avfall som utgörs av eller innehåller elektriska eller elektroniska produkter kräver att varje medlemsstat vidtar åtgärder för korrekt insamling, återvinning, hantering och materialåtervinning av sådant avfall. Privata hushåll inom EU kan utan kostnad återlämna sin använda utrustning till angivna samlingsplatser. I en del medlemsländer kan man i vissa fall returnera den använda utrustningen till återförsäljaren när man köper ny utrustning. Kontakta din återförsäljare, distributör eller lokala myndighet för ytterligare information om hantering av avfall som utgörs av eller innehåller elektriska eller elektroniska produkter.

GARANTIVILLKOR

Garantin gäller inte om:

- ovanstående instruktioner inte följs
- apparaten har modifierats
- apparaten har blivit felhanterad, utsatts för vårdslös behandling eller fått någon annan typ av skada
- fel har uppstått till följd av fel på nätspänningen.

Då vi ständigt utvecklar våra produkter i fråga om funktion och design förbehåller vi oss rätten till ändringar av våra produkter utan föregående meddelande.

IMPORTÖR

Adexi Group

www.adexi.se

Adexi A/S ansvarar inte för eventuella tryckfel.

INNLEDNING

For at du skal få mest mulig glede av den nye lysterapilampen din, ber vi deg lese nøye gjennom denne bruksanvisningen før førstegangs bruk. Vi anbefaler også at du tar vare på bruksanvisningen, slik at du kan slå opp i den ved senere anledninger.

SIKKERHETSREGLER

Normal bruk av apparatet

- Feilaktig bruk av apparatet kan føre til personskader og skader på apparatet.
- Apparatet må ikke brukes til andre formål enn det er beregnet for. Produsenten er ikke ansvarlig for skade som skyldes feilaktig bruk eller håndtering. (Se også garantibetingelsene.)
- Apparatet skal bare tilkobles 230 V, 50 Hz.
- Legg aldri apparatet i vann eller annen form for væske.
- Ikke bruk apparatet i fuktige omgivelser.
- Ikke ta på apparatet med våte hender.
- Ikke forlat apparatet mens det er på, og hold øye med barn i nærheten.
- Apparatet er ikke egnet for kommersiell eller utendørs bruk.
- Må ikke tildekkes.

Ledning, støpsel og stikkontakt

- Slå alltid apparatet av ved hjelp av av/på-knappen, og trekk støpselet ut av kontakten når apparatet ikke er i bruk.
- Hold ledningen unna varme gjenstander og åpen ild.
- Kontroller regelmessig at ledningen og støpselet ikke er ødelagt. Ikke bruk apparatet dersom dette skulle være tilfelle, eller dersom det har falt i bakken eller er skadet på annen måte.
- Hvis apparatet eller støpselet er skadet, må lampen kontrolleres og om nødvendig repareres av autorisert servicepersonale. Hvis så ikke skjer, foreligger det fare for elektrisk støt. Prøv aldri å reparere apparatet selv.
- Trekk alltid støpselet ut av stikkontakten før rengjøring.
- Ikke dra i ledningen når du trekker støpselet ut av kontakten. Ta i stedet godt tak i støpselet.
- Ikke surr ledningen rundt apparatet.
- Kontroller at det ikke er mulig å dra eller snuble i ledningen eller en ev. skjøteledning.

Bruken av lysterapi

- Må ikke brukes i rom som ikke har en annen form for lyskilde. Brukes kun som tilleggsllys, ikke som en vanlig lyskilde.
- Ikke se rett inn i apparatet i lengre tid. Følg bruksanvisningen nedenfor.
- Første gang du bruker lampen, kan du oppleve trette øyne og/eller hodepine. Dette er normalt, og denne effekten vil raskt avta. I motsatt fall må du ta kontakt med helsepersonell.
- Ta kontakt med lege før du bruker dette apparatet dersom du
 - o har eller har hatt sterke depresjoner
 - o er overfølsom for lys
 - o har vonde øyne
 - o bruker bestemte medikamenter som medisin mot psykiske lidelser eller malariatabletter
 - o lider av høyt blodtrykk
- Ta kontakt med lege dersom apparatet fører til at du får fysiske eller psykiske symptomer av noe slag, eller dersom du har andre medisinske spørsmål eller problemer.

OVERSIKT OVER APPARATETS DELER

1. Skjerm
2. Hull til veggfeste
3. Av/på-bryter
4. Bærehåndtak
5. Festeskruer til skjermen
6. Stativ
7. Sikkerhetsbrakett
8. Lysrør
9. Starter
10. Holder



BRUK AV APPARATET

For lysbad / lysterapi som motvirker effekten av vinterdepresjoner som kan føre til følgende symptomer:

- Tretthet
- Dårlig humør eller humørsvingninger
- Mangel på energi
- Økt søvnbehov
- Konsentrasjonsvansker
- Dårlig matlyst

Det er anslått at over 60 % av befolkningen har ett eller flere symptomer på vinterdepresjoner på grunn av vintersolens lave styrke.

Det er mest effektivt å ta et lysbad mellom kl. 6 og 20, og i 2 timer hver dag.

Du kan ta et lysbad så ofte du vil, men behandlingen er mest effektiv når du tar den ved klokkeslettene nedenfor i minst 5 dager på rad.

Plassering av apparatet

- Fold ut stativet (6) og plasser apparatet på bordet eller
- heng apparatet på veggen ved hjelp av hullet (2) bak på apparatet.
- o Kontroller at veggen og skruen/spikeren kan holde vekten av apparatet før du henger det opp.

Bruk

- Sett støpselet i stikkontakten og slå på apparatet med av/på-bryteren (3).
- Sitt foran apparatet slik at du enkelt ser lyset, og hold ansiktet 20–60 cm fra skjermen (1). Du behøver ikke å sitte foran skjermen.
- Hvor lenge lysbadet skal vare, avhenger av avstanden du har til skjermen:

Avstand til skjermen	Maks. varighet på lysbadet
60 cm	Ca. 2 timer
40 cm	Ca. 1 time
20 cm	Ca. ½ time

- Du kan ta en pause i økten og gjøre andre ting mens du tar lysbadet (f.eks. lese eller se på TV) så lenge du ikke sitter mer enn 60 cm unna apparatet.
- Ikke se rett inn i lyset hele tiden, men se på det regelmessig.
- Slå alltid apparatet av ved hjelp av av/på-knappen, og trekk støpselet ut av kontakten når apparatet ikke er i bruk.

La apparatet avkjøles i 15 minutter før du setter det vekk eller løfter det i håndtaket (4).

SKIFTE LYSRØR

Vanlig levetid for rørene (8) er ca. 10000 timer ved normal bruk. Hvis et rør slutter å fungere, må det skiftes ut.

- Løsne festeskruene (5) bak ved hjelp av en skrutrekker, legg apparatet på ryggen og ta av skjermen.
- Vær obs på at de fire brakettene foran på skjermen vil løsne når du løsner skruene. Pass godt på dem slik at du ikke mister dem. Skjermen kan ikke festes riktig uten disse.
- Løft sikkerhetsbraketten (7) og ta røret forsiktig ut av apparatet ved å ta tak i toppen på det.
- Trekk røret av holderen (10) nederst på apparatet. Brukte rør avhendes i henhold til lokale forskrifter.
- Sett inn et nytt rør ved å utføre denne handlingen i motsatt rekkefølge.
- Begge rørene skal plasseres samtidig.
- Sett på plass skjermen igjen.



RENGJØRING

- Trekk alltid støpselet ut av stikkkontakten før rengjøring.
- La apparatet avkjøles før rengjøring.
- Ikke bruk sterke eller slipende rengjøringsmidler, løsemidler eller lignende for å rengjøre apparatet. Slike midler kan ripe opp og ødelegge apparatets overflate.
- Apparatet må ikke dyppes i vann. Pass på så det ikke trenger vann inn i apparatet.
- La apparatet tørke helt før du bruker det igjen.

Utvendig rengjøring

- Tørk av med en myk og fuktig klut.

Innvendig rengjøring

- Ta av skjermen som beskrevet ovenfor, tørk av reflektoren, innsiden av skjermen og rørene med en myk og fuktig klut. Sett på plass skjermen igjen.

INFORMASJON OM AVHENDING OG RESIRKULERING AV DETTE PRODUKTET

Legg merke til at dette Adexi-produktet er merket med følgende

symbol:

Det betyr at dette produktet ikke må avhendes sammen med vanlig husholdningsavfall, da elektrisk og elektronisk avfall skal avhendes separat.

I henhold til WEEE-direktivet må det enkelte medlemslandet sørge for riktig innsamling, gjenvinning, håndtering og resirkulering av elektrisk og elektronisk avfall. Private husholdninger i EU kan levere brukt utstyr til spesielle resirkuleringsstasjoner vederlagsfritt. I noen medlemsland kan det ved kjøp av nytt utstyr være mulig å levere brukt utstyr til forhandleren som solgte det. Ta kontakt med forhandleren, distributøren eller offentlige myndigheter for ytterligere informasjon om hva du skal gjøre med elektrisk og elektronisk avfall.

GARANTIBETINGELSER

Garantien gjelder ikke i følgende situasjoner:

- hvis instruksjonene over ikke følges
- hvis apparatet har blitt endret
- hvis apparatet er brukt feil, har vært utsatt for hard håndtering eller på en eller annen måte er blitt skadet
- hvis det har oppstått feil på grunn av feil i strømforsyningen

På grunn av at vi hele tiden utvikler funksjonen og utformingen på produktene våre, forbeholder vi oss retten til å endre produktet uten forvarsel.

IMPORTØR

Adexi Group

Vi er ikke ansvarlige for trykkfeil.

JOHDANTO

Lue tämä käyttöohje huolellisesti ennen laitteen ensimmäistä käyttökertaa, niin saat parhaan hyödyn uudesta laitteestasi. Suosittelemme myös, että säilytät nämä ohjeet. Näin voit perehtyä laitteesi eri toimintoihin myöhemminkin.

TURVALLISUUSTOIMENPITEET

Laitteen normaali käyttö

- Tämän laitteen virheellinen käyttö voi aiheuttaa henkilövahinkoja ja laitteen vaurioitumisen.
- Käytä laitetta vain sen oikeaan käyttötarkoitukseen. Valmistaja ei ole vastuussa virheellisestä käytöstä tai käsittelystä johtuvista vahingoista (katso myös kohta Takuuuehdot).
- Laite voidaan kytkeä vain verkkoon, jonka jännite on 230 V ja taajuus 50 Hz.
- Älä upota laitetta veteen tai muuhun nesteeseen.
- Älä käytä laitetta kosteassa ympäristössä.
- Älä käsittele laitetta märillä käsillä.
- Älä jätä laitetta valvomatta ja huolehdi, etteivät lapset pääse käytössä olevan laitteen lähelle.
- Laite ei sovi kaupalliseen käyttöön eikä ulkokäyttöön.
- Älä peitä laitetta.

Johto, pistoke ja pistorasia

- Sammuta laite aina virtapainikkeesta ja irrota johto seinästä, kun laite ei ole käytössä.
- Pidä johto loitolla lämmönlähteistä ja avotulesta.
- Tarkista säännöllisin väliajoin, ettei virtajohto tai pistoke ole vahingoittunut, äläkä käytä laitetta, jos virtajohto tai pistoke on vaurioitunut tai jos laite on pudonnut lattialle tai veteen tai muuten vaurioitunut.
- Jos laite tai pistoke on vaurioitunut, valtuutetun korjaajan on sähköiskuvaaran välttämiseksi tarkistettava ja tarvittaessa korjattava laite. Älä yritä itse korjata laitetta.
- Irrota pistoke pistorasiasta laitteen puhdistuksen ajaksi.
- Vältä johdosta vetämistä, kun pistoke irrotetaan pistorasiasta. Ota sen sijaan kiinni pistokkeesta.
- Älä kierrä virtajohtoa laitteen ympärille.
- Varmista, ettei virtajohtoon tai jatkojohtoon voi kompastua.

Valohoidon käyttö

- Älä käytä laitetta huoneissa, joissa ei ole mitään muuta valonlähdettä. Laite soveltuu vain lisävalonlähteeksi, ei itse valaistukseen.
- Älä katso pitkiä aikoja suoraan valoon päin. Noudata seuraavaa käyttöohjetta.
- Alussa saattaa esiintyä silmien rasittumista ja/tai päänsärkyä. Tämä on täysin normaalia, ja kyseiset oireet häviävät pian. Oireiden jatkuessa käänny lääkärin puoleen.
- Neuvottele lääkärin kanssa ennen laitteen käyttöä, jos
 - o kärsit tai olet kärsinyt vakavasta masennuksesta
 - o kärsit yliherkkyydestä valolle
 - o silmäsi ovat kipeät
 - o käytät tiettyjä lääkkeitä, kuten psyykenlääkkeitä tai malaritabletteja
 - o kärsit korkeasta verenpaineesta.
- Neuvottele lääkärin kanssa, jos laite aiheuttaa minkäänlaisia fyysisiä tai henkisiä oireita tai jos sinulla on mitä tahansa muita lääketieteeseen liittyviä kysymyksiä tai ongelmia.

LAITTEEN PÄÄOSAT

1. Etupaneeli
2. Seinäänkiinnitysaukko
3. Virtakytkin
4. Kantokahva
5. Etupaneelin kiinnitysruuvit
6. Teline
7. Suojakannatin
8. Loisteputket
9. Käynnistin
10. Istukka



LAITTEEN KÄYTTÖ

Laite on suunniteltu antamaan valokylpyjä/valohoitoa, joilla torjutaan kaamosmasennusta, joka saattaa aiheuttaa seuraavia oireita:

- Väsymystä
- Huonotuulisuutta ja mielialan vaihtelua
- Energian puutetta
- Lisääntynyttä unentarvetta
- Keskittymisvaikeuksia
- Ruokahaluttomuutta.

Väestöstä yli 60 prosentin uskotaan kärsivän yhdestä tai useammasta talviauringon vähäisyyden aiheuttaman kaamosmasennuksen oireesta.

Tehokkain aika valokylvyille on aamu kuuden ja ilta kahdeksan välillä ja suositeltava aika on kaksi tuntia päivässä. Voit ottaa valokylpyjä niin usein kuin haluat, mutta hoito on tehokkain, jos otat valokyllyn edellä mainittuun aikaan ainakin viitenä peräkkäisenä päivänä.

Laitteen sijoittaminen

- Käännä tukiteline (6) auki ja aseta laite pöydän päälle. tai
- Kiinnitä laite seinään laitteen takana olevan kiinnitysaukon (2) avulla.
- o Varmista, että seinä ja ruuvi/naula kestävät laitteen painon, ennen kuin kiinnität sen seinään.

Käyttö

- Kytke pistoke pistorasiaan ja käynnistä laite virtakytkimestä (3).
- Istu laitteen edessä siten, että näet valon helposti ja että kasvos on noin 20–60 cm:n etäisyydellä etupaneelistä (1). Sinun ei tarvitse istua etupaneelin edessä.
- Valokyllyn kesto riippuu siitä, kuinka kaukana etupaneelistä istut:

Etäisyys etupaneelistä	Valokylvyn enimmäiskesto
60 cm	Noin kaksi tuntia
40 cm	Noin tunti
20 cm	Noin puoli tuntia

- Voit pitää taukoa kesken valokylpyä tai voit tehdä muita asioita kylvyn aikana (esimerkiksi lukea tai katsoa televisiota), kunhan istut korkeintaan 60 cm:n etäisyydellä laitteesta.
- Älä katso koko ajan suoraan valoa päin, mutta katso sitä kuitenkin säännöllisesti.
- Sammuta laite aina virtapainikkeesta ja irrota johto seinästä, kun laite ei ole käytössä.

Anna laitteen jäähtyä ainakin 15 minuuttia ennen kuin laitat sen säilöön tai kannat sitä kantokahvasta (4).

LOISTEPUTKIEN VAIHTO

Tavallisen loisteputken (8) käyttöaika on normaalkäytössä noin 10 000 tuntia. Jos loisteputki sammuu, se on vaihdettava uuteen.

- Löysää laitteen takaosassa olevat kiinnitysruuvit (5) ruuvimeisselillä, aseta laite lappeelleen ja poista etupaneeli.
- o Huomaa, että etupaneelin edessä olevat neljä kiinnikettä irtoavat, kun löysäät ruuveja. Varo hävittämästä ruuveja, sillä muuten etupaneelia ei voi kiinnittää oikein paikalleen.
- Nosta suojakannatinta (7) ja irrota varovasti loisteputken yläosa laitteesta.
- Vedä loistelamppu irti laitteen pohjassa olevasta istukasta (10). Hävitä kaikki loisteputket paikallisten sääntöjen mukaisesti.
- Aseta uusi loisteputki päinvastaisessa järjestyksessä.
- o Molemmat loisteputket on vaihdettava samanaikaisesti.
- Kiinnitä etupaneeli takaisin paikalleen.



PUHDISTUS

- Irrota pistoke pistorasiasta laitteen puhdistuksen ajaksi.
- Anna laitteen jäähtyä ennen puhdistusta.
- Älä käytä puhdistamiseen vahvoja tai hankaavia puhdistusaineita, liuottimia tai vastaavia aineita, sillä ne voivat naarmuttaa tai vahingoittaa ulkopintoja.
- Älä koskaan upota laitetta veteen, sillä laitteeseen ei saa päästä yhtään vettä.
- Anna laitteen kuivua täysin puhdistuksen jälkeen, ennen kuin käytät sitä uudestaan.

Ulkopinnan puhdistus

- Pyyhi kostealla, pehmeällä liinalla.

Sisäosan puhdistus

- Poista etupaneeli edellä mainitulla tavalla, pyyhi heijastinpinta, paneelin sisäosa sekä loisteputket kostealla, pehmeällä kankaalla. Kiinnitä etupaneeli takaisin paikalleen.

TIETOJA TUOTTEEN HÄVITTÄMISESTÄ JA KIERRÄTYKSESTÄ

Tämä Adexi-tuote on merkitty seuraavalla symbolilla: 

Tuotetta ei siis saa hävittää tavallisen kotitalousjätteen mukana, vaan sähkö- ja elektroniikkajäte on hävitettävä erikseen.

Sähkö- ja elektroniikkajätettä koskevan direktiivin mukaan jokaisen jäsenvaltion on järjestettävä asianmukainen sähkö- ja elektroniikkajätteen keräys, talteenotto, käsittely ja kierrätys. EU-alueen yksityiset kotitaloudet voivat palauttaa käytetyt laitteet maksutta erityisiin kierrätyspisteisiin. Joissakin jäsenvaltioissa ja tietyissä tapauksissa käytetty laite voidaan palauttaa sille jälleenmyyjälle, jolta se on ostettu, jos tilalle hankitaan uusi laite. Lisätietoja sähkö- ja elektroniikkajätteen käsittelystä saat jälleenmyyjältäsi, tukkukauppiaaltasi tai paikallisilta viranomaisilta.

TAKUUEHDOT

Takuu ei ole voimassa, jos

- edellä olevia ohjeita ei ole noudatettu
- laitteeseen on tehty muutoksia
- laitetta on käsitelty väärin tai rajusti tai se on kärsinyt muita vaurioita
- syntyneet viat johtuvat sähköverkon häiriöistä.

Kehitämme jatkuvasti tuotteidemme toimivuutta ja muotoilua, minkä vuoksi pidätämme oikeuden muuttaa tuotetta ilman etukäteisilmoitusta.

MAAHANTUOJA

Adexi Group

www.adexi.eu

Emme ole vastuussa mahdollisista painovirheistä.

INTRODUCTION

To get the best out of your new appliance, please read this user guide carefully before using it for the first time. We also recommend that you keep the instructions for future reference, so that you can remind yourself of the functions of your appliance.

SAFETY MEASURES

Normal use of the appliance

- Incorrect use of this appliance may cause personal injury and damage.
- Use for its intended purpose only. The manufacturer is not responsible for any injury or damage resulting from incorrect use or handling (see also Guarantee Terms).
- For connection to 230 V, 50 Hz only.
- Do not submerge in water or any other liquid.
- Do not use in humid surroundings.
- Do not touch with wet hands.
- Never leave unattended when in use, and keep an eye on children.
- Not suitable for commercial or outdoor use.
- Do not cover.

Cord, plug and mains socket

- Always turn the appliance off using the on/off button, and unplug it, when it is not in use.
- Keep cord away from hot objects and open flame.
- Check regularly that neither the cord nor plug is damaged and do not use if there is any damage, or if it has been dropped on the floor, dropped in water or damaged in any other way.
- If the apparatus or plug is damaged, it must be inspected and if necessary, repaired by an authorised repair engineer, otherwise there is a risk of electric shock. Never try to repair the appliance yourself.
- Remove the plug from the socket before cleaning.
- Avoid pulling the cord when removing the plug from the socket. Instead, hold the plug.
- Do not wind the cord around the appliance.
- Check that it is not possible to pull or trip over the cord or any extension cord.

Use of light therapy

- Do not use in rooms without some other light source. For use as a light supplement only, not illumination.
- Do not look directly at the apparatus for long periods. Follow the user guide below.
- Initial use can cause tired eyes and/or headache. This is normal, and such effects will soon disappear. Seek medical advice if they do not.
- Consult your doctor before using this apparatus if you
 - o suffer from or have suffered from severe depression
 - o are over-sensitive to light
 - o have painful eyes
 - o use particular forms of medicine such as psychopharmacia or malaria pills
 - o suffer from high blood pressure.
- Consult your doctor if the apparatus causes physical or mental symptoms of any sort, or if you have any other medical questions or problems.

KEY TO MAIN COMPONENTS OF THE APPLIANCE

1. Screen
2. Wall-hanging hole
3. On/off button
4. Carrying handle
5. Screen retaining screws
6. Stand
7. Safety bracket
8. Light tubes
9. Starter
10. Socket



USING THE APPARATUS

For light baths/light therapy to counter the effects of winter blues, which can cause the following symptoms:

- Tiredness
- Bad moods or mood swings
- lack of energy
- Increased need for sleep
- Inability to concentrate
- Loss of appetite

Over 60% of the population are believed to experience one or more symptoms of winter blues due to the low intensity of the winter sun.

The most effective time of day to take a light bath is between 6 am and 8 pm for a recommended period of 2 hours per day. You can take a light bath as often as you like, but treatment is most effective when you take one for the times below for at least 5 successive days.

Positioning the appliance

- Fold the stand (6) out and place the apparatus on a table top. or
- Hang the apparatus on a wall using the hole (2) on the back.
- o Check that the wall and screw/nail can bear the weight of the apparatus before hanging it up.

Use

- Connect the plug to the mains socket and switch on using the on/off switch (3).
- Sit in front of the apparatus so that you can see the light easily and with your face 20-60 cm from the screen (1). You do not need to sit in front of the screen.
- How long your light bath should last depends on the distance you sit from the screen:

Distance to screen	Max. length of light bath
60 cm	Approx. 2 hours
40 cm	Approx. 1 hour
20 cm	Approx. ½ an hour

- You can take a break during the session and do other things whilst bathing (e.g. read or watch TV) as long as you sit within 60 cm of the apparatus.
- Do not look directly into the light constantly, but look at it regularly.
- Always turn the appliance off using the on/off button, and unplug it, when it is not in use.

Allow to cool for at least 15 minutes before putting it away or carrying it by the handle (4).

REPLACING LIGHT TUBES

Normal tube (8) lifetime is approx. 10,000 hours of normal use. If a tube fails, it must be replaced.

- Slacken the retaining screws (5) on the back using a screwdriver, lay the apparatus on its back and remove the screen.
- o Note that the four brackets on the front of the screen will become loose when the screws are slackened. Take care not to lose them, as the screen cannot be refitted correctly.
- Lift the safety bracket (7) and carefully lift upper end of tube from the apparatus.
- Pull the tube free of its socket (10) at the bottom of the apparatus. Dispose of used tubes in accordance with local rules.
- Insert a new tube in the reverse order.
- o Both tubes should be replaced at the same time.
- Replace the screen.

CLEANING

- Remove the plug from the socket before cleaning.
- Allow to cool down before cleaning.
- Do not use strong or abrasive cleaning agents, solvents or similar to clean the apparatus, as these may scratch or damage the external surfaces.
- Never submerge the apparatus in water, and no water must be allowed to get into it.
- Allow to dry fully after cleaning before using again.

External cleaning

- Wipe off with a damp, soft cloth.

Internal cleaning

- Remove the screen as described above, wipe off reflector, inside of screen and tubes with a damp, soft cloth. Replace the screen.

INFORMATION ON DISPOSAL AND RECYCLING OF THIS PRODUCT

Please note that this Adexi product is marked with this symbol:



This means that this product must not be disposed of together with ordinary household waste, as electrical and electronic waste must be disposed of separately.

In accordance with the WEEE directive, every member state must ensure correct collection, recovery, handling and recycling of electrical and electronic waste. Private households in the EU can take used equipment to special recycling stations free of charge. In some member states you can, in certain cases, return the used equipment to the retailer from whom you purchased it, if you are purchasing new equipment. Contact your retailer, distributor or the municipal authorities for further information on what you should do with electrical and electronic waste.

GUARANTEE TERMS

The guarantee does not apply:

- if the above instructions are not followed
- if the appliance has been interfered with
- if the appliance has been mishandled, subjected to rough treatment, or has suffered any other form of damage
- if faults have arisen as a result of faults in your electricity supply.

Due to the constant development of our products in terms of function and design, we reserve the right to make changes to the product without prior warning.

IMPORTER

Adexi Group

www.adexi.eu

We cannot be held responsible for any printing errors.



EINLEITUNG

Bevor Sie Ihr neues Gerät erstmals in Gebrauch nehmen, sollten Sie diese Anleitung sorgfältig durchlesen. Heben Sie die Anleitung auf, damit Sie bei Bedarf darin nachschlagen können.

SICHERHEITSHINWEISE

Normaler Gebrauch des Geräts

- Der unsachgemäße Gebrauch des Geräts kann Personen- oder Sachschäden verursachen.
- Benutzen Sie das Gerät nur zu den in der Bedienungsanleitung genannten Zwecken. Der Hersteller haftet nicht für Schäden, die durch den unsachgemäßen Gebrauch oder die unsachgemäße Handhabung des Geräts verursacht werden (siehe auch die Garantiebedingungen).
- Nur für den Anschluss an 230V/50Hz.
- Tauchen Sie es nicht in Wasser oder eine andere Flüssigkeit ein.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in feuchten Umgebungen.
- Benutzen Sie das Gerät niemals mit feuchten Händen.
- Lassen Sie das eingeschaltete Gerät niemals unbeaufsichtigt und achten Sie auf Kinder, die sich in der Nähe des Geräts aufhalten.
- Dieses Gerät eignet sich nicht für den gewerblichen Gebrauch oder den Gebrauch im Freien.
- Das Gerät nicht zudecken.

Kabel, Stecker und Steckdose

- Schalten Sie das Gerät stets am An/Aus-Schalter aus und ziehen Sie den Stecker, wenn es nicht in Gebrauch ist.
- Das Kabel von heißen Gegenständen und offenem Feuer weg halten.
- Überprüfen Sie regelmäßig, ob das Kabel oder der Stecker beschädigt ist, und verwenden Sie das Gerät nicht, wenn dies der Fall ist, oder wenn es auf den Boden oder ins Wasser fallen gelassen oder auf andere Weise beschädigt wurde.
- Falls Sie eine Beschädigung von Gerät oder Stecker feststellen, muss das Gerät entsorgt oder von einer Fachwerkstatt repariert werden, da sonst die Gefahr von Stromschlägen besteht. Versuchen Sie nicht, das Gerät selbst zu reparieren.
- Ziehen Sie vor dem Reinigen den Stecker aus der Steckdose.
- Ziehen Sie nicht am Kabel, um den Stecker aus der Steckdose zu ziehen. Ziehen Sie statt dessen am Stecker.
- Das Kabel nicht um das Gerät wickeln.
- Achten Sie darauf, dass Personen nicht über das Kabel bzw. Verlängerungskabel stolpern können.

Anwendung von Lichttherapie

- Verwenden Sie das Gerät nur in Räumen mit einer zusätzlichen anderen Lichtquelle. Das Gerät dient nur als Ergänzung zur normalen Lichteinstrahlung und nicht zur Beleuchtung.
- Schauen Sie nicht über einen längeren Zeitraum direkt in das Gerät. Halten Sie sich an die nachfolgende Gebrauchsanleitung.
- Beim erstmaligen Gebrauch kann es zu einer Ermüdung der Augen und/oder Kopfschmerzen kommen. Dies ist normal und geht bald vorüber. Sollte dies nicht der Fall sein, sollten Sie sich medizinisch beraten lassen.
- Konsultieren Sie vor der Behandlung Ihren Arzt, falls Sie
 - o unter ernsten Depressionen leiden oder gelitten haben;
 - o extrem lichtempfindlich sind;
 - o ein Augenleiden haben;
 - o spezielle Medikamente einnehmen, wie Psychopharmaka oder Malariapillen;
 - o unter hohem Blutdruck leiden.
- Konsultieren Sie Ihren Arzt, falls das Gerät irgendwelche körperlichen oder psychischen Symptome verursacht, oder

falls Sie irgendwelche anderen medizinischen Fragen oder Probleme haben.

HAUPTBESTANDTEILE DES GERÄTS

1. Blende
2. Loch für Wandaufhängung
3. An/Aus Schalter
4. Tragegriff
5. Halteschrauben für die Blende
6. Ständer
7. Sicherung
8. Lichtröhren
9. Starter
10. Sockel



GEBRAUCH DES GERÄTS

Für Lichtbäder/Lichttherapie zur Bekämpfung des sogenannten „Winterblues“, der folgende Symptome verursachen kann:

- Müdigkeit
- Schlechte Laune oder Stimmungswechsel
- Mangel an Energie
- Erhöhtes Schlafbedürfnis
- Konzentrationsmangel
- Appetitlosigkeit

Mehr als 60% der Bevölkerung sind wegen der niedrigen Intensität der Wintersonne von einem oder mehreren Symptomen des Winterblues betroffen.

Die beste Tageszeit für ein Lichtbad liegt zwischen 6 und 20 Uhr für einen Zeitraum von 2 Stunden täglich.

Sie können ein Lichtbad nehmen, so oft Sie möchten, aber die Behandlung ist am wirkungsvollsten, wenn Sie das Lichtbad an mindestens 5 aufeinander folgenden Tagen für die nachfolgend genannten Zeiträume nehmen.

Aufstellen des Geräts

- Klappen Sie den Ständer (6) aus, und stellen Sie das Gerät auf eine Tischplatte. oder
- Hängen Sie das Gerät mithilfe des Lochs (2) an der Rückseite an einer Wand auf.
- o Vergewissern Sie sich, dass die Schraube/der Nagel das Gewicht des Geräts tragen können, bevor Sie es aufhängen.

Verwendung

- Stecken Sie den Stecker in die Steckdose und schalten Sie das Gerät mit dem An-/Aus-Schalter (3) ein.
- Setzen Sie sich so vor das Gerät, dass Sie das Licht gut se-

hen können, und mit einem Abstand von 20-60 cm zur Blende (1). Sie müssen nicht vor der Blende sitzen.

- Wie lange ihr Lichtbad dauern sollte, hängt von Ihrem Abstand zur Blende ab:

Abstand zur Blende	Max. Länge des Lichtbads
60 cm	Ca. 2 Stunden
40 cm	Ca. 1 Stunde
20 cm	Ca. ½ Stunde

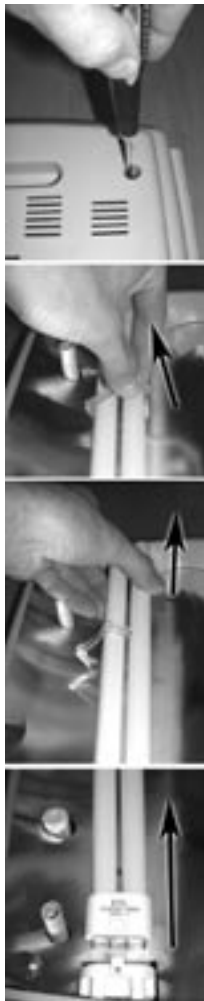
- Sie können während der Behandlung eine Pause einlegen und auch andere Dinge während des Lichtbads machen (z. B. Lesen oder Fernsehen), solange sie nicht weiter als 60 cm von dem Gerät entfernt sitzen.
- Schauen Sie nicht ständig direkt in das Licht, aber schauen Sie regelmäßig dort hin.
- Schalten Sie das Gerät stets am An/Aus-Schalter aus und ziehen Sie den Stecker, wenn es nicht in Gebrauch ist.

Lassen Sie das Gerät mindestens 15 Minuten lang abkühlen, bevor Sie es fortstellen oder am Griff (4) tragen.

AUSWECHSELN DER LEUCHTRÖHREN

Eine normale Röhre (8) hat bei normalem Gebrauch eine Lebensdauer von ca. 10000 Stunden. Wenn eine Röhre nicht mehr funktioniert, muss sie ausgewechselt werden.

- Lösen Sie die Halteschrauben (5) an der Rückseite mit einem Schraubenzieher, legen Sie das Gerät auf die Rückseite und entfernen Sie die Blende.
- Beachten Sie, dass sich an der Vorderseite der Blende vier Halterungen lösen, wenn die Schrauben gelöst werden. Diese dürfen nicht verloren gehen, da die Blende sonst nicht mehr korrekt befestigt werden kann.
- Heben Sie die Sicherung (7) an und heben Sie vorsichtig das obere Ende der Röhre aus dem Gerät.
- Ziehen Sie die Röhre aus ihrer Fassung (10) an der Unterseite des Geräts. Entsorgen Sie gebrauchte Röhren gemäß den lokalen Bestimmungen.
- Der Einbau von neuen Röhren erfolgt in umgekehrter Reihenfolge.
- Beide Röhren sollten gleichzeitig ausgewechselt werden.
- Bringen Sie die Blende wieder an.



REINIGUNG

- Ziehen Sie vor dem Reinigen den Stecker aus der Steckdose.
- Vor dem Reinigen abkühlen lassen.
- Verwenden Sie keine starken oder schleifenden Reinigungsmittel, Lösungsmittel oder Ähnliches zum Reinigen des Geräts, da diese die äußeren Oberflächen zerkratzen oder beschädigen können.
- Tauchen Sie das Gerät niemals in Wasser ein und verhindern Sie das Eindringen von Wasser.
- Lassen Sie das Gerät nach dem Reinigen vollständig trocknen, bevor Sie es erneut verwenden.

Außenreinigung


- Wischen Sie das Gerät mit einem feuchten, weichen Tuch ab.

Innenreinigung

- Nehmen Sie die Blende wie oben beschrieben ab, wischen Sie den Reflektor, die Innenseite der Blende und die Röhren

mit einem feuchten, weichen Tuch ab. Bringen Sie die Blende wieder an.

INFORMATION ÜBER DIE ENTSORGUNG UND DAS RECYCLING DIESES PRODUKTS

Dieses Adexi-Produkt trägt dieses Zeichen: 

Es bedeutet, dass das Produkt nicht zusammen mit normalem Haushaltsmüll entsorgt werden darf, da Elektro- und Elektronikmüll gesondert entsorgt werden muss.

Gemäß der WEEE-Richtlinie muss jeder Mitgliedstaat für das ordnungsgemäße Sammeln, die Verwertung, die Handhabung und das Recycling von Elektro- und Elektronikmüll sorgen. Private Haushalte innerhalb der EU können ihre gebrauchten Geräte kostenfrei an speziellen Recyclingstationen abgeben. In einigen Mitgliedstaaten können gebrauchte Geräte in bestimmten Fällen bei dem Einzelhändler, bei dem sie gekauft wurden, kostenfrei wieder abgegeben werden, sofern man ein neues Gerät kauft. Bitte nehmen Sie mit Ihrem Einzelhändler, Ihrem Großhändler oder den örtlichen Behörden Kontakt auf, um weitere Einzelheiten über den Umgang mit Elektro- und Elektronikmüll zu erfahren

GARANTIEBEDINGUNGEN

Diese Garantie gilt nicht,

- falls die vorstehenden Hinweise nicht beachtet werden;
- falls unbefugte Eingriffe am Gerät vorgenommen wurden;
- falls das Gerät unsachgemäß behandelt, Gewalt ausgesetzt oder anderweitig beschädigt worden ist.
- bei Schäden, die aufgrund von Fehlern im Leitungsnetz entstanden sind.

Aufgrund der ständigen Weiterentwicklung von Funktion und Design unserer Produkte behalten wir uns das Recht auf Änderung des Produkts ohne vorherige Ankündigung vor.

IMPORTEUR

Adexi Group

www.adexi.eu

Druckfehler vorbehalten.

WPROWADZENIE

Aby móc skorzystać ze wszystkich funkcji nowego urządzenia, należy najpierw dokładnie zapoznać się z poniższymi wskazówkami. Radzimy zachować tę instrukcję, aby w razie konieczności można było wrócić do zawartych w niej informacji na temat funkcji urządzenia.

WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Prawidłowe użytkowanie urządzenia

- Niewłaściwe użytkowanie urządzenia może spowodować obrażenia ciała oraz uszkodzenie urządzenia.
- Z urządzenia należy korzystać zgodnie z jego przeznaczeniem. Producent nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek obrażenia lub szkody wynikające z niewłaściwego użytkowania bądź przechowywania urządzenia (zob. także część „Warunki gwarancji”).
- Urządzenie należy podłączyć jedynie do sieci zasilania o napięciu 230 V i częstotliwości 50 Hz.
- Nie wolno zanurzać urządzenia w wodzie ani innym płynie.
- Nie należy używać urządzenia w wilgotnym otoczeniu.
- Nie dotykać urządzenia mokrymi dłońmi.
- Nie wolno zostawiać urządzenia bez nadzoru, jeżeli jest włączone lub jeśli w pobliżu znajdują się dzieci.
- Urządzenie nie jest przeznaczone do celów komercyjnych ani do użytku na wolnym powietrzu.
- Nie wolno zakrywać urządzenia.

Przewód, wtyczka i gniazdko zasilania

- Jeżeli urządzenie nie jest używane, należy je wyłączyć za pomocą wyłącznika i odłączyć od gniazdka.
- Przewód sieciowy nie powinien się znajdować w pobliżu gorących przedmiotów lub otwartego ognia.
- Należy regularnie sprawdzać, czy przewód i wtyczka są w dobrym stanie. Jeżeli zostały uszkodzone lub urządzenie spadło na podłogę, wpadło do wody bądź zostało w jakikolwiek inny sposób uszkodzone, nie wolno go używać.
- Jeżeli urządzenie lub wtyczka uległy uszkodzeniu, należy je dokładnie skontrolować, a w razie konieczności oddać do naprawy. W przeciwnym razie istnieje niebezpieczeństwo porażenia prądem. Nie wolno naprawiać urządzenia samodzielnie.
- Przed czyszczeniem urządzenia należy wyjąć wtyczkę z gniazdka.
- Przy wyciąganiu wtyczki z gniazdka nie wolno ciągnąć za przewód. Należy trzymać za wtyczkę.
- Przewodu sieciowego nie należy zawijać wokół urządzenia.
- Należy się upewnić, że nie ma możliwości potknięcia się o przewód zasilający albo przedłużacz.

Korzystanie z terapii światłem

- Nie należy używać urządzenia w pomieszczeniach, w których nie ma innego źródła światła. Urządzenie jest przeznaczone do użytku wyłącznie jako uzupełnienie, a nie główne źródło światła.
- Nie należy spoglądać bezpośrednio na urządzenie przez dłuższy czas. Należy postępować zgodnie z poniższymi instrukcjami podręcznika użytkownika.
- W początkowym okresie korzystania z urządzenia może występować zmęczenie oczu lub bóle głowy. To zjawisko jest normalne i ustępuje po krótkiej chwili. W przeciwnym razie należy zasięgnąć porady lekarskiej.
- Przed użyciem urządzenia należy zasięgnąć porady lekarskiej, jeżeli:
 - o użytkownik cierpi na ciężką depresję lub cierpiał na nią w przeszłości;
 - o jest nadwrażliwy na światło;
 - o odczuwa bóle oczu;

- o zażywa szczególne rodzaje leków, np. lekarstwa psychotropowe lub przeciw malarii;
 - o ma wysokie ciśnienie krwi.
- Użytkownik powinien zasięgnąć porady lekarskiej, jeśli urządzenie powoduje jakiegokolwiek objawy fizyczne i psychiczne lub w razie innych pytań bądź problemów zdrowotnych.

GŁÓWNE ELEMENTY SKŁADOWE URZĄDZENIA

1. Osłona
2. Otwór do montażu na ścianie
3. Wyłącznik
4. Uchwyt do przenoszenia
5. Wkręty mocujące osłonę
6. Stojak
7. Wspornik zabezpieczający
8. Lampy
9. Zapłonnik
10. Gniazdko



UŻYWANIE URZĄDZENIA

Urządzenie jest przeznaczone do terapii światłem/kąpieli świetlnych, mających na celu zapobieganie efektom depresji zimowej, które mogą powodować:

- zmęczenie;
- zły nastrój i zmienność nastroju;
- utratę sił;
- zwiększone zapotrzebowanie na sen;
- trudności w koncentracji;
- utratę apetytu.

Uważa się, że ponad 60% osób doświadcza jednego lub więcej objawów depresji zimowej, spowodowanej mniejszym natężeniem światła słonecznego w okresie zimowym.

Najlepszym czasem do korzystania z kąpieli świetlnej jest przedział pomiędzy godziną 6 a 20. Zalecana długość kąpieli to 2 godziny.

Z kąpieli świetlnej można korzystać dowolnie często, ale terapia jest najbardziej efektywna, jeśli zażywa się jednej z kąpieli w wymienionej wyżej porze dnia, przez co najmniej 5 kolejnych dni.

Umiejscowienie urządzenia

- Rozłóż stojak (6) i ustaw urządzenie na stole. lub
- Zamontuj urządzenie na ścianie, korzystając z otworu montażowego (2), znajdującego się z tyłu urządzenia.
- o Przed zamontowaniem na ścianie sprawdź, czy ściana oraz gwoździe/śruby są w stanie utrzymać wagę urządzenia.

Używanie

- Podłącz urządzenie do gniazdka zasilania i włącz je wyłącznikiem zasilania (3).
- Usiądź z przodu urządzenia w taki sposób, aby światło było łatwo widoczne, a twarz znajdowała się w odległości 20–60 cm od osłony (1). Nie trzeba siedzieć z przodu osłony.
- Czas kąpieli świetlnej zależy od odległości od osłony.

Odległość od osłony	Maksymalny czas kąpieli świetlnej
60 cm	Okolo 2 godzin
40 cm	Okolo 1 godziny
20 cm	Okolo 1/2 godziny

- Jeśli siedzisz w odległości mniejszej niż 60 cm od urządzenia, możesz podczas kąpieli wykonywać inne czynności (np. czytać książkę lub oglądać telewizję).
- Często spoglądaj w kierunku lampy, ale nie bezpośrednio na źródło światła.
- Jeżeli urządzenie nie jest używane, wyłącz je za pomocą wyłącznika i odłącz od gniazdka.

Przed odstawieniem lub przeniesieniem urządzenia za pomocą uchwytu (4) odczekaj 15 minut, aż urządzenie ostygnie.

WYMIANA LAMP

Zwyczajny czas eksploatacji lampy (8) to około 10000 godzin normalnego użytkowania. W przypadku awarii lampy należy ją wymienić.

- Korzystając ze śrubokrętu, poluzuj znajdujące się z tyłu urządzenia wkręty mocujące (5), połóż urządzenie na jego tylnej części i zdemontuj osłonę.
- o Zauważ, że cztery wsporniki znajdujące się z przodu osłony po poluzowaniu wkrętów staną się luźne. Uważaj, aby ich nie zgubić, ponieważ nie będzie wtedy możliwe prawidłowe zamontowanie osłony.
- Unieś wspornik zabezpieczający (7), a następnie wyjmij delikatnie lampę z urządzenia, unosząc jej górną krawędź.
- Wyjmij lampę z gniazda (10), znajdującego się u dołu urządzenia. Pozbądź się zużytej lampy zgodnie z miejscowymi przepisami.
- Zamontuj nową lampę, wykonując powyższe czynności w odwrotnej kolejności.
- o Wymieniaj lampy parami.
- Zamontuj ponownie osłonę.



CZYSZCZENIE

- Przed czyszczeniem urządzenia wyjmij wtyczkę z gniazdka.
- Przed przystąpieniem do czyszczenia poczekaj, aż urządzenie ostygnie.
- Do czyszczenia urządzenia nie używaj silnych ściernych środków czyszczących, rozpuszczalników itp., ponieważ mogą one porysować lub uszkodzić powierzchnię zewnętrzną.
- Nie zanurzaj urządzenia w wodzie i zapobiegaj przedostaniu się wody do środka.
- Przed kolejnym użyciem odczekaj do wyschnięcia urządzenia.

Czyszczenie na zewnątrz

- Dokładnie wytrzyj urządzenie miękką i wilgotną szmatką.

Czyszczenie wewnątrz

- Zdemontuj osłonę zgodnie z powyższym opisem i za pomocą miękkiej, wilgotnej szmatki wytrzyj reRektor, wewnątrz osłony oraz lampy. Ponownie zamontuj osłonę.

INFORMACJE O UTYLIZACJI I RECYKLINGU TEGO PRODUKTU

Ten produkt Adexi oznaczony jest następującym symbolem: 

Oznacza to, że tego produktu nie należy wyrzucać razem z normalnymi odpadami gospodarstwa domowego, ponieważ zużyty sprzęt elektroniczny należy wyrzucać osobno.

Zgodnie z dyrektywą WEEE (w sprawie zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego), każde Państwo Członkowskie ma obowiązek zapewnić właściwą zbiórkę, odzysk, przetwarzanie i recykling zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego. Gospodarstwa domowe na obszarze UE mogą nieodpłatnie oddawać zużyty sprzęt do specjalnych zakładów utylizacji odpadów. W niektórych Państwach Członkowskich można zwrócić zużyty sprzęt sprzedawcy, u którego dokonano zakupu, pod warunkiem zakupu nowego sprzętu. Aby uzyskać więcej informacji na temat postępowania ze zużytym sprzętem elektrycznym i elektronicznym, należy zwrócić się do sprzedawcy, dystrybutora lub władz miejskich.

WARUNKI GWARANCJI

Gwarancja nie obejmuje następujących przypadków:

- nieprzestrzeganie niniejszej instrukcji
- samodzielna naprawa lub modyfikacja urządzenia
- użytkowanie urządzenia niezgodnie z przeznaczeniem, w sposób nieostrożny lub spowodowanie jego uszkodzenia
- uszkodzenie urządzenia na skutek zakłóceń w działaniu sieci elektrycznej

Z uwagi na ciągłe doskonalenie naszych produktów pod względem ich funkcjonalności i stylistyki zastrzegamy sobie prawo do wprowadzania zmian w produkcie bez uprzedzenia.

IMPORTER

Adexi Group

www.adexi.eu

Firma nie ponosi odpowiedzialności za błędy w druku.