



luminette® Glasses 3

- (EN) User manual
- (ES) Modo de empleo
- (FR) Mode d'emploi
- (DE) Gebrauchsanleitung
- (NL) Gebruiksaanwijzing

Lucimed S.A.

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

Model: Glasses 3
EN - ES - FR - DE - NL



User Manual Luminette 3
EU-US V1

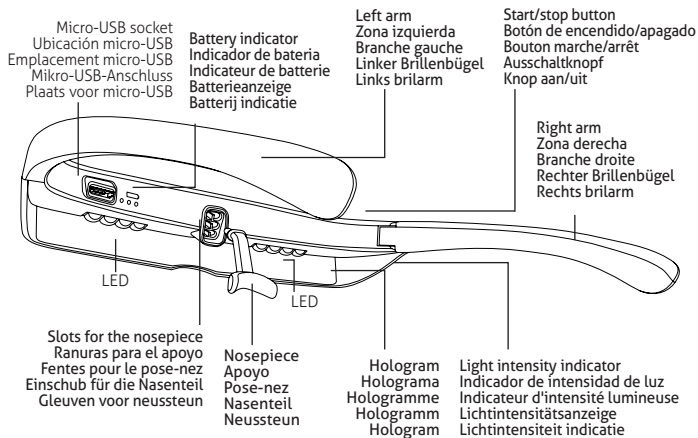
Figure 1 – The Luminette and its accessories

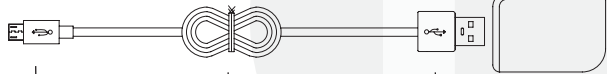
Figura 1 – La Luminette y sus accesorios

Figure 1 – La Luminette et ses accessoires

Abbildung 1 – Die Luminette und ihr Zubehör

Afbeelding 1 – De Luminette en de accessoires



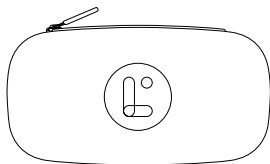


Micro - USB plug
Connector micro-USB
Connecteur micro-USB
Mikro - USB - Stecker
Uiteinde Micro-USB

Cable
Cable de carga
Câble de chargement
Kabel
Oplading kabel

USB plug
Conector USB
Connecteur USB
USB-Stecker
Utteinde USB

Charger
Cargador
Chargeur
Ladegerät
Oplader



Protection case
Funda de protección
Housse de protection
Schutzhülle
Bescherming hoes

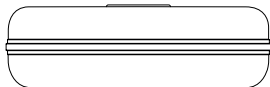


Figure 2 – Positioning the Luminette
Figura 2 – Colocación de la Luminette
Figure 2 – Positionnement de la Luminette
Abbildung 2 – Positionierung der Luminette
Afbeelding 2 – Positie van de Luminette

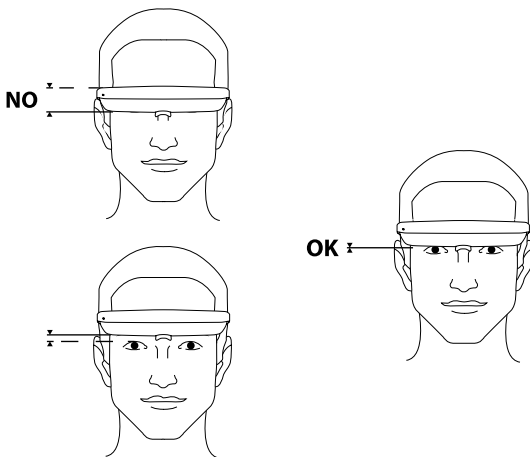


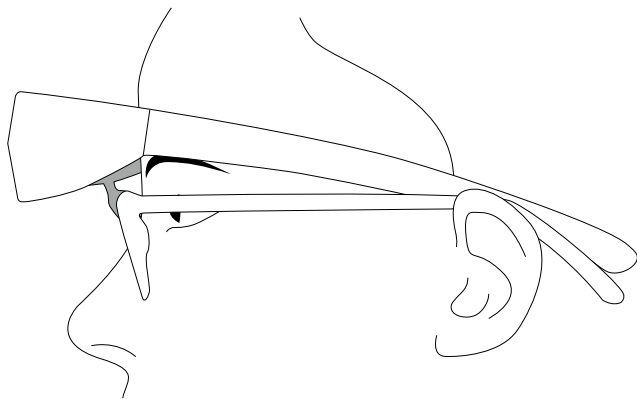
Figure 3 – Positioning while wearing eyeglasses

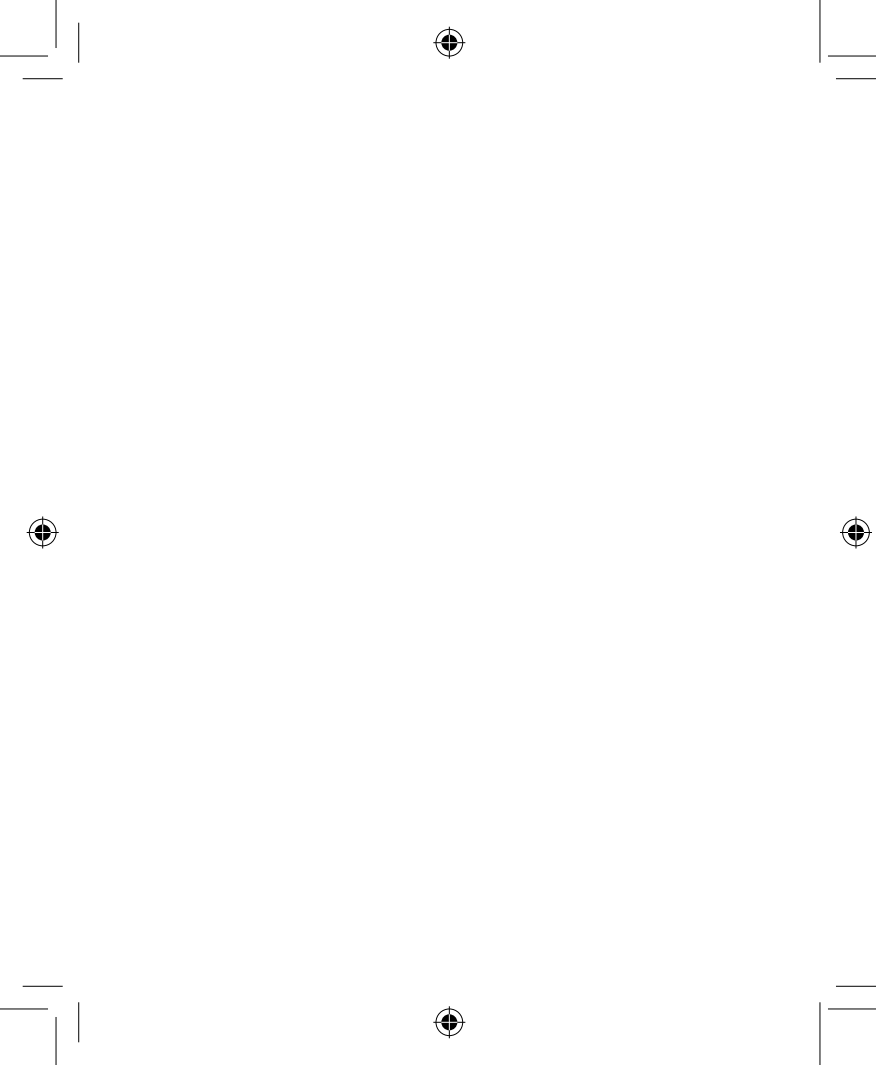
Figura 3 – Colocación con gafas de visión

Figure 3 – Positionnement avec lunettes de vue

Abbildung 3 – Postionierung für Brillenträger

Afbeelding 3 – Plaatsen met een medische bril







EN



I. Introduction

Congratulations! You've just bought a Luminette®. Welcome to the world of portable light therapy.

Before using your Luminette®, please read this notice carefully and keep it somewhere safe. Also, please take the time to familiarise yourself with your new appliance using Figure 1.

A. The role of light

The human brain uses the light/dark cycle to synchronise internal functions including mood, appetite, digestion, sleep, libido, etc. These circadian rhythms oscillate over a period of 24 hours, forming your biological clock.

Melatonin is what is often called the sleep hormone. The brain starts producing it when the sun sets, in order to encourage us to sleep. But as the sun rises and the light increases, the brain stops producing it. We get up easily, full of energy.

As well as regulating our body clock, light also greatly affects mood, increases vigilance and improves physical and intellectual performance.

B. Light therapy

In certain situations, our body clock is no longer in phase with the external environment. The circadian rhythms are out of sync.

This is particularly true in winter when there is insufficient light; some people develop winter blues. This can also happen in people who go to sleep too early or too late. Jet lag is another form of a disrupted body clock. Finally, problems relating to shift work are now recognised as real health problems.

All these problems can be relieved with the correct use of light and dark. When light is not naturally available, light therapy is the solution which offers the most advantages for the least unwanted side effects.

C. Applications

- Winter blues
- Fatigue - lack of energy
- Circadian rhythm sleep disorder

- Jet lag
- Working antisocial hours

The Luminette is intended to make people feel more energetic, to improve sleeping patterns, to increase alertness, to improve intellectual performance, and to provide relief from the winter blues. If you suffer from depression, consult a professional and do not use the Luminette for self-treatment.

This product is not a medical device.

D. Contraindications

No matter your reason for using Luminette®, we recommend not exceeding the recommended daily duration of use.

There are very few contraindications.

If you have an eye disease (glaucoma, retinitis or retinopathy, or macular degeneration), we recommend that you consult a specialist before using the Luminette®. If you have cataracts, light therapy might be less effective.

For people with a bipolar disorder, the Luminette® could be beneficial if used at the right time when someone is in a depressive phase. But care should be taken as there is always the risk of triggering a manic phase. It is therefore recommended to time a session for midday, when the person is least sensitive to light and therefore less likely to swing into a manic phase. The same is true for cases of hysteria, neurosis and psychosis.

It is also not advisable to use the Luminette® whilst driving a vehicle, or using machinery requiring concentration and a wide field of vision.

E. Possible reactions

Possible adverse reactions to light from this appliance are relatively mild and of a transient nature. They may include:

- Headache.
- Eyestrain or visual disturbances, intraocular pressure.
- Nausea.
- Agitation, sedation, jumpiness/jitteriness and very rarely hypomania or mania.

Measures to avoid, minimise or alleviate these adverse reactions:

- Always use the appliance in a well-lit room.
- Reduce the light intensity if these reactions occur.
- Stop using the appliance for a few days to make the reactions disappear and then try again.

F. Safety

This appliance conforms to technical regulations and safety requirements applicable to electrical equipment. All repairs and maintenance must be carried out by a specialist. Ask your supplier for advice.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

To ensure the longevity of your Luminette®:

- Only use original accessories.
- Never immerse your Luminette® in water.
- Don't wash your Luminette® in running water.
- Don't leave your Luminette® in the sun, or in damp or dusty conditions.

Attention!

- No modification to the device or its accessories is authorised.
- This device cannot be attached to an extension cord or a multi-socket adapter.
- Always use the device with the adaptor provided or any other compatible system as specified in the manual.
- The adaptor constitutes the network dividing device and must always be easily accessible.
- Be aware that the external envelope of the central case can reach a temperature of 49°C.
Applied parts temperatures exceeds 41°C which are safe for use for the maximum duration of a session (i.e. 45 min)
- In case of mutual interference, electromagnetic or other with other devices, move the device away.



- Use of this equipment adjacent to or stacked with other equipment should be avoided because it could result in improper operation. If such use is necessary, this equipment and the other equipment should be observed to verify that they are operating normally.
- Use of accessories, transducers and cables other than those specified or provided by Lucimed could result in increased electromagnetic emissions or decreased electromagnetic immunity of this equipment and result in improper operation.
- Portable RF communications equipment (including peripherals such as antenna cables and external antennas) should be used no closer than 30 cm (12 inches) to any part of the Luminette3, including cables specified by Lucimed. Otherwise, degradation of the performance of this equipment could result.

II. Use

A. When can I use my Luminette®?

1. To fight the winter blues

You lack energy and motivation, you have difficulty getting up in the morning, you feel like hibernating, you snack more, your libido is falling? You could be suffering from winter blues, which results from lower light levels in autumn and winter.

We advise a light therapy session as soon as you wake up in the morning.

2. To fight fatigue and get energy back

Luminette® reproduces the beneficial power of daylight and stimulates special receptors in the eye to trigger the body's energising response to light. This helps you to fight energy dips, to feel more energetic, active and alert, and to improve your mood.

We advise a light therapy session as soon as you wake up.

3. To treat circadian rhythms sleep disorders

Some sleep problems result from a phase advance or delay in your biological clock.

In which case, light therapy could be the solution.



Your body clock is slow

Do you tend to fall asleep too late and have a hard time getting up in the morning?

We advise a light therapy session as soon as you wake up.

Your body clock is fast

Do you have a hard time staying awake in the evening and do you wake up too early in the morning? We advise a light therapy session at the end of the afternoon or the beginning of the evening, two or three hours before the time you plan to go to bed.

4. To treat jet lag

Jet lag is the result of crossing several time zones very rapidly, usually in a plane, and results in disturbed body rhythms: insomnia, drowsiness, physical and intellectual fatigue, mood swings, difficulty concentrating...

Some simple steps and the use of Luminette® can considerably reduce the symptoms.

- During the flight

Set your watch to the time zone of your destination, drink lots of water and try not to drink alcohol, coffee or tea.

- When you arrive

If you are travelling east, when you arrive we advise you to avoid sunlight on the first morning (by wearing blue blocker glasses or high sun protection sunglasses) and to get as much as you can in the afternoon (by, for example, using your Luminette®) in order to maintain low levels of melatonin. During the following days, put your session forward by two hours a day, taking care not to go past your normal bedtime.

If you are travelling west, once you arrive, we advise you to stay awake as long as it is still light, and to wear your Luminette® at the beginning of the afternoon (between midday and 3pm). But as soon as it is dark, go to sleep.

5. To optimise shift work

If you work for more than three nights in a row and you have a hard time staying awake at work and/or on your way home, then we recommend a light therapy session just before starting work and, if you get drowsy, a second session during your work break.

We also advise that you talk to your GP.

Would you like a personalised programme? Download the free MyLuminette app available on App Store and Google Play Store.



B. How long does a light therapy session last?

The recommended duration of a session depends on the intensity of the light received by the eye.

Your Luminette® allows you to choose from three different light intensities.

The table below will tell you the recommended duration of use for your Luminette® depending on the position you choose.

Position (when turning on appliance)	Recommended duration of session (in minutes)
1	45
2	30
3	20

The chosen light intensity is indicated by the 3 light intensity indicators (see figure 1). Once the session time is up, the glasses will blink three times and automatically turn off.

C. How often do I have to use my Luminette?

Use the Luminette every day at the right time to achieve the desired results. Except when you try to beat jet-lag, it is advised to use the Luminette at the same time every day.

D. When do I start to notice improvement ?

Some users start to feel the energising effect after the first use. Others feel it after 1 or 2 weeks of daily use.

E. How to charge my Luminette ?

Before using your Luminette® for the first time, we recommend to charge it.

To do so:

- Connect the end of the micro-USB cable to the slot in your Luminette® (see figure 1) and plug the other end (a standard USB) in the charger.
- Plug the charger into the mains.
- When the device is completely charged (the charge time is 2 hours), unplug the charger.

You can also charge your Luminette® by connecting it to your computer using the USB cable supplied.

Charge indicator:

- When your Luminette® is charging, the 3 battery indicators will continually flash slowly in a cycle.
- When your Luminette® is fully charged, these 3 battery indicators stop flashing and remain lit.
- If there is an error (battery or circuit failure), one of the indicators flashes rapidly without interruption.

The device may not be used when it is charging.

Battery life:

The battery life will depend on the intensity you choose. A correctly charged Luminette® device should lit for at least 10 sessions.

When you turn the device off, between 1 and 3 battery indicators light up to give you an indication of the remaining battery life (3 indicators = the battery is fully charged; 2 indicators = the battery is 2/3 charged; 1 indicator = the battery is 1/3 charged; 1 flashing indicator = the battery is insufficiently charged to be able to complete a session).

We recommend recharging your Luminette® when there is only one indicator remaining when you turn the device off.

F. Switching on and off

Attention: before your first use, be sure you take off the protective film over the



hologram.

Ensure that the battery is charged so that your Luminette® will work for the entire session chosen. Press the Start-Stop button briefly to turn your Luminette® on (see figure 1).

To change the intensity of the light, just press the Start-Stop button briefly. The intensity will change in a cycle: level 1, then level 2, level 3, and back to level 1, etc.

Luminette remains on for a set period, blink three times when the period is over and automatically shut down. To turn your Luminette® off in the middle of a session, hold down the On-Off button (for 2 seconds).

G. How to wear my Luminette®

For the best results, you need to wear your Luminette® correctly.

To properly position your Luminette®:

- Set the nosepiece into one of the three slots (see Figure 1). A “click” sound means that your nosepiece is correctly inserted. To take it out, pull firmly on it.
- Place the padded part of the nosepiece where your nose and forehead meet. The lower edge of the holographic visor should be located just above your line of sight (see figure 2) when you look into a mirror. Make sure the blue light strip sits nicely across your eyes.

Please note that if you wear glasses, the nose bracket of the Luminette® should be behind your glasses (see figure 3).

Once the session has begun, keep your eyes open. Carry on with whatever you are doing. Do not look directly into the LEDs.

Find the perfect fitment : Luminette is one-size-fits-all; however, if it needs tweaking for a tighter or looser fit, bend gently the temples in or out. For an even more secure fit, insert the supplied white plastic “ear-hooks” at the end of the temples.

H. How to look after my Luminette®

This device is meant exclusively for personal use. Between each use, store the device in its protective case in a dry place.

To clean your Luminette®, use a soft cloth moistened with a little clean water. Be careful to protect the fragile holographic zone; avoid touching it with your



fingers. If, despite everything, it gets dirty, clean with cotton wool.

III. Myluminette app - instructions

A. Installation of the app

Search for the app called "Myluminette" in the Apple store or in Google Play store. Download and install it on your smartphone.

B. Create your profile

Once you have installed the app "Myluminette", you are asked to create a profile and enter some basic personal information.

C. Pair the app with my Luminette

Press and hold the on/off button of your Luminette for more than 5 seconds to start the pairing mode. The 3 LED light indicators will start flashing slowly when the pairing mode is activated.

Turn on the Bluetooth functionality on your smartphone and select Luminette in the list of detected Bluetooth-emitting devices. Your Luminette should be now paired with your smartphone. You can use the app and have access to your personal usage history.

IV. Guarantee and After Sales Service

A. Guarantee

Lucimed guarantees the operation of its appliances when used in accordance with the Instructions for Use, against all manufacturing defects. This guarantee covers spare parts and labour. If the appliance ceases to function, Lucimed guarantees free repair for 2 years from the date of purchase.

The guarantee is only valid when the sales receipt or the completed and date-stamped guarantee card is provided. The repair must be carried out within the guarantee period.

The guarantee does not cover any faults relating to accidental damage, incorrect use or negligence, or to modifications or repairs carried out by non-qualified personnel.

In no way does this guarantee give the user rights to damages.

Lucimed provides after sales service during and post the guarantee period in all countries where the appliance is officially sold and distributed.

In case of any problem, please visit www.myluminette.com for assistance.

Include the serial number and date of purchase on all correspondence.

Please note: if you ever lose these instructions for use, don't forget that you can download a new copy from www.myluminette.com.

B. Accessories

The following accessories are available upon purchase:

- Charging adaptor (EU): reference KYT050100BC-05
- Protective case: reference CASE02

V. Environment

To dispose of your appliance, do not include it with household waste but try to use a recycling centre in order to help protect the environment.

The rechargeable battery inside your Luminette® contains substances which could harm the environment.

So please remove the used battery from the appliance before disposing of it, and dispose of it separately in a battery recycling bin. If you can't remove the battery, please return the appliance to the vendor.

To remove the rechargeable battery:

- Ensure that the appliance is unplugged and that the battery is flat.
- Unscrew the two arms using a correctly sized screwdriver.
- Remove the plastic cover from the rechargeable battery.
- Unplug the rechargeable battery.

VI. Technical Specifications





A. Features of the appliance




General	
Trademark	Luminette®
Device model reference	Glasses 3
Adaptor model reference (EU) + cable	KYT050100BC-05
Electricity	
Nominal input voltage of the adapter	100-240V AC
Nominal input frequency of the adapter	50-60 Hz
Nominal output voltage of the adapter	5V DC
Nominal output power of the adapter	5W
Power type	
2 Rechargeable Lithium Ion battery	3.7V 150 mAh
Physical characteristics	
Dimensions	17 x 16 x 3 cm (6.7 x 6.3 x 1.2 inch.)
Weight	51 gr. (1.8 Oz)
Light intensity at Position 1	+ - 500 lux
Light intensity at Position 2	+ - 1,000 lux
Light intensity at Position 3	+ - 1,500 lux
Spectral characteristics	
Peak 1 Wavelength Bandwidth	468 nm 70 nm
Peak 1 Wavelength Bandwidth	570 nm 100 nm

Nominal Spectral irradiance (100% intensity)	21,8 $\mu\text{W}/\text{cm}^2$
Maximal Spectral irradiance (100% intensity)	25,4 $\mu\text{W}/\text{cm}^2$
Maximal variation of the output	$\pm 7\%$
Operating conditions	
Temperature	5 °C - +40 °C
Relative humidity	15 % - 93 %
Atmospheric pressure range	700 hPa - 1060 hPa
Storage conditions	
Temperature	-25 °C - +70 °C
Relative humidity	15 % - 93 %
Expected service life	
Device lifespan	6 years
Adaptor lifespan	3 years

B. Symbols

The following symbols may appear on the appliance:

Symbols	Description
	Manufactured for : Lucimed SA, Rue le marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, Belgium Tel : +32 4 369 48 36
	Year of manufacture
	Consult the user manual supplied
	This device should not be disposed of in the normal waste stream but in an appropriate collection facility for recovery and recycling

	Carefully consult the user manual supplied
	The packaging of this device can be recycled
	CE stands for European Declaration of Conformity.

C. Manufacturer's liability

As manufacturers, we are only responsible for the safety, reliability and functioning of this appliance when it is used in accordance with the directions for use and when modifications and repairs are exclusively carried out by personnel approved by us.

Please contact the manufacturer if you require assistance with installing, using or maintaining your device, or if you encounter an unexpected problem.

Any serious incident involving Luminette must be notified to Lucimed and your country's qualified authority.



ES





I. Introducción

Acaba de adquirir unas Luminette®. ¡Le felicitamos por su compra y le damos la bienvenida al mundo de la luminoterapia portátil!

Importante: Antes de hacer funcionar y utilizar sus Luminette®, le invitamos a leer atentamente este manual y a conservarlo con cuidado, pero también a tomarse el tiempo de descubrir su aparato con la ayuda de la figura 1.

A. El papel de la luz

El cerebro humano utiliza el ciclo luz/oscuridad para sincronizar las funciones internas como el humor, el apetito, la digestión, el sueño, la libido, etc. Estos ritmos circadianos, que oscilan en un periodo de 24 horas, constituyen nuestro reloj biológico.

La melatonina es eso que comúnmente llamamos « la hormona del sueño ». El cerebro la segrega desde la caída del día para invitarnos a dormir. Pero desde el principio del día, en presencia de luz, el cerebro para esta secreción. Nos levantamos fácilmente, estamos llenos de energía.

Además de su efecto regulador en nuestro reloj biológico, la luz tiene efectos importantes en el humor, aumenta la vigilancia y mejora el rendimiento físico e intelectual.

B. La luminoterapia

En algunas situaciones, el reloj biológico ya no está en relación con el entorno externo. Los ritmos circadianos están entonces « desincronizados ».

Es lo que sucede en invierno ya que, como la luz no es suficiente, vemos aparecer en algunas personas la depresión invernal o depresión estacionaria. También se ve en las personas que tienden a quedarse dormidas demasiado tarde. La diferencia horaria, o « jet lag », es otra forma de perturbación del reloj biológico. En suma, los problemas ligados al trabajo en turnos están actualmente considerados como verdaderas patologías.

Todos estos problemas pueden atenuarse, suprimirse, con una correcta utilización de la luz y la oscuridad. Cuando la luz no se encuentra de forma natural, la luminoterapia es la solución que ofrece más ventajas con la menor cantidad de efectos secundarios.





C. Las aplicaciones

- Depresión invernal
- Fatiga – baja energía
- Problemas de ciclos del sueño
- Problemas ligados a la diferencia horaria
- Trabajos con horarios flexibles

La Luminette has sido concebida para ayudar a las personas a sentirse más energías, a mejorar sus ciclos de sueño, a mejorar su vigilancia y para aliviar la depresión invernal.

Si usted sufre de depresión, consulte a un profesional y no utilice este aparato como forma de autotratamiento. Este producto no ha sido aprobado por la FDA para el tratamiento del problema afectivo estacionario

D. Las contraindicaciones

No importa la razón que tenga para utilizar Luminette®, recomendamos no exceder la duración diaria de uso.

Hay muy pocas contraindicaciones.

Si usted tiene una enfermedad ocular (glaucoma, retinitis, retinopatía o degeneración macular), le recomendamos que consulte con un especialista antes de utilizar Luminette. Si tiene cataratas, la terapia de luz podría ser menos efectiva.

Si le preocupa un problema psiquiátrico (depresión, histeria, neurosis y psicosis), se recomienda que consulte con un médico antes de utilizar el dispositivo.

Tampoco se recomienda utilizar las Luminette® mientras conduce un vehículo o utilice maquinaria que requiera concentración o un amplio campo de visión.

Luminette también se puede llevar sobre las lentes de contacto o gafas correctoras. Para obtener resultados óptimos, el puente de la nariz de las Luminette debería colocarse tras las gafas correctoras. Tenga en cuenta que no se recomienda utilizar Luminette con gafas de sol ni ningunas gafas con filtros de color.

E. Posibles reacciones

Las posibles reacciones negativas a la luz de este dispositivo son relativamente leves y de una



naturaleza transitoria. Estas pueden incluir:

- Dolor de cabeza.
- Vista cansada o molestias visuales, presión intraocular.
- Náuseas.
- Agitación, sedación, zozobra/nerviosismo y muy raramente hipomanía o manía.

Medidas que hay que tomar para evitar, reducir o atenuar los efectos no deseados:

- Utilizar el aparato siempre en una habitación clara.
- Reducir la intensidad luminosa si estas reacciones se producen.
- Dejar de utilizar el aparato durante algunos días mientras las reacciones desaparecen, y después volver a intentarlo.

F. Seguridad

Este dispositivo cumple las regulaciones técnicas y los estándares de seguridad aplicables a los dispositivos médicos eléctricos y relacionados con la exposición a campos electromagnéticos (CEM).

Para garantizar la longevidad de sus Luminette®, le aconsejamos:

- Utilizar únicamente los accesorios originales.
- Nunca meter las Luminette® en el agua.
- No lavar sus Luminette® con mucha agua.
- No dejar sus Luminette® al sol, ni en un lugar húmedo o polvoriento.

II. Utilización

A. ¿Cuándo puedo utilizar mis Luminette®?

1. Para luchar contra la depresión invernal

¿Le falta energía y motivación, siente dificultades para levantarse por las mañanas, tiene la necesidad de hibernar, se siente más cansado, constata que tiene una bajada de la libido? Probablemente está pasando por un episodio de depresión invernal. Este estado resulta de una disminución de la luminosidad en otoño e invierno.



Le recomendamos una sesión de luminoterapia lo antes posible después de despertarse.

2. Para luchar contra la fatiga y la energía baja

Las Luminette reproducen los efectos beneficiosos del sol y estimulan los receptores específicos de los ojos que desencadenan la respuesta energizante del cuerpo a la luz. Eso le ayudará a luchar contra las bajadas de energía, a sentirse en forma, activo y alerta y a mejorar su humor.

Le aconsejamos una sesión de luminoterapia lo antes posible justo después de despertarse.

3. Para combatir los problemas de ciclos del sueño

Algunos problemas del sueño provienen de un avance o un retraso en la fase del reloj biológico.

En estos casos, la luminoterapia permite aportar una solución.

Un retraso de fase

¿Usted tiene tendencia a dormirse demasiado tarde y le resulta difícil levantarse por la mañana? Le recomendamos una sesión de luminoterapia lo antes posible justo después de despertarse.

Un avance de fase

¿Le cuesta mantenerse despierto o se despierta demasiado temprano?

Le aconsejamos una sesión de luminoterapia a primera hora de la tarde o cuando empiece a anochecer, dos o tres horas antes de la hora a la que le gustaría acostarse.

4. Para hacer frente a la diferencia horaria

La diferencia horaria o « jet lag », que es la consecuencia de atravesar rápidamente varios husos horarios generalmente en avión, se traduce en una perturbación de los ciclos biológicos: insomnio, somnolencia, fatiga física e intelectual, problemas de humor, dificultades de concentración...

Unos sencillos consejos y la utilización de sus Luminette®, pueden reducirla sensiblemente.

- Durante el vuelo

Ponga su reloj en la hora de su lugar de destino, beba mucha agua y limite el consumo de alcohol, café y té.



- A la llegada

Si viaja hacia el Este, le aconsejamos, una vez en su destino, el primer día, evitar la luz del sol (llevando gafas que filtren el azul o gafas de sol con un alto factor de protección) durante la mañana y aprovechar la luz por la tarde (o en su defecto, de sus Luminette®) para mantener una tasa baja de melatonina. Los días siguientes, avance su sesión dos horas cada día, sin adelantarse a su hora de despertarse habitual.

Si viaja hacia el Oeste, le recomendamos, una vez en su destino, permanecer despierto mientras sea de día y llevar sus Luminette® al principio de la tarde (entre las 12:00 y las 15:00). Pero en el momento en que se haga de noche, vaya a dormir.

5. Para optimizar el trabajo en turnos

Si trabaja por la noche durante más de tres días consecutivos y siente dificultades para permanecer despierto en su lugar de trabajo y/o en el trayecto de vuelta, le aconsejamos una sesión de luminoterapia justo antes de comenzar el trabajo y, en caso de somnolencia, una segunda sesión durante su pausa del trabajo.

Por prudencia, le aconsejamos contactar con su médico del trabajo.

¿Quiere un programa personalizado? Vaya a la página www.myluminette.com/calculator o descargue la aplicación myluminette disponible en el Apple Store y Google Play Store.



B. ¿Cuánto tiempo dura una sesión de luminoterapia?

La duración de utilización recomendada depende de la intensidad luminosa recibida por el ojo.

Sus Luminette® le permiten elegir tres intensidades luminosas diferentes.

El cuadro siguiente le indica las duraciones recomendadas de utilización de sus Luminette® según la posición elegida.

Posición (en el encendido)	Duración de utilización recomendada (en min.)
1	45
2	30
3	20

La intensidad de luz elegida se muestra en los 3 indicadores de intensidad de luz (véase la figura 1). Cuando la sesión haya terminado, las gafas parpadearán tres veces y se apagarán automáticamente.

C. ¿Con qué frecuencia debo utilizar las Luminette®?

Utilice las Luminette todos los días en el momento adecuado para obtener los resultados deseados. A menos que usted intente regular la diferencia horaria, se recomienda utilizar las Luminette a la misma hora todos los días.

D. ¿Cuánto tiempo es necesario para sentir los efectos?

Algunas personas comienzan a sentir los efectos reguladores de las Luminette desde la primera utilización. Otras, después de 1 ó 2 semanas de utilización cotidiana.

E. ¿Cómo hacer funcionar mis Luminette®? Carga de la pila

Le recomendamos cargar sus Luminette antes de encenderlas por primera vez.

Para hacer esto:

- Conecte el conector Micro USB del cable en el lugar destinado a este efecto en sus Luminette® (ver figura 1) y enganche el otro conector USB estándar al puerto del cargador;
- Conecte el cargador a una toma en la pared;
- Cuando la pila esté totalmente cargada (el tiempo de carga es de 2 horas), desconecte el cargador.

Indicación de carga:

- Cuando sus Luminette® estén cargando, los 3 indicadores de batería parpadearán continuamente y despacio en un ciclo.
- Cuando sus Luminette® estén completamente cargadas, estos 3 indicadores de batería dejarán de parpadear y permanecerán encendidos.

- Si hay un error (fallo del circuito o la batería), uno de los indicadores parpadea rápidamente sin interrupción.
- No se puede usar el dispositivo cuando está cargando.

Autonomía de la batería:

La autonomía de la batería dependerá de la intensidad que elija. El dispositivo Luminette® debería permanecer al menos durante 10 sesiones.

Cuando apague el dispositivo, se encenderán entre 1 y 3 indicadores de la batería para darle una indicación de la carga restante de la batería (3 indicadores = la batería está completamente cargada; 2 indicadores = la batería está 2/3 cargada; 1 indicador = la batería está 1/3 cargada; 1 indicador parpadeante = la batería tiene carga insuficiente para poder completar una sesión).

Recomendamos recargar sus Luminette® cuando solo quede un indicador al apagar el dispositivo.

Cuidado:

La detección de autonomía sólo funciona correctamente si las Luminette se han cargado completamente. Por tanto, se recomienda cargar las Luminette por completo en cada recarga.

F. Puesta en marcha y detención

¡Cuidado! Antes del primer uso, retire el film protector colocado en el holograma. Asegúrese de que le pila esté bien cargada para permitir que sus Luminette® funcionen durante toda la duración de uso programada, para que la sesión del tratamiento sea completa. Pulse brevemente en el botón Encendido/Apagado (ver figura 1) para encender sus Luminette®.

Para modificar la intensidad de la luz, es suficiente con hacer una presión corta en el botón de Encendido/Apagado. La carga aparecerá de manera cíclica: nivel 1, luego nivel 2, luego nivel 3 y luego otra vez al nivel 1, etc.

Luminette permanece encendido durante un periodo establecido, parpadea tres veces cuando termina el periodo y se apaga automáticamente.

Para apagar sus Luminette®, haga una pulsación larga (2 segundos) en el botón de Encendido/Apagado.



G. ¿Cómo colocar mis Luminette®?

Para beneficiarse de una eficacia y de una comodidad máximas, debe colocar correctamente las Luminette® en su rostro.

Para colocar bien sus Luminette®:

- Ajuste el apoyo en una de las tres ranuras provistas a este efecto (ver figura 1). Un « clic » indica que el apoyo está correctamente insertado.
- Coloque la parte flexible del apoyo en la intersección de la nariz y de la frente : el borde inferior del visor holográfico debe situarse justo encima de la línea de los ojos (ver figura 2) como cuando se mira en el espejo. Asegúrate de que la franja de luz azul está bien colocada sobre los ojos.

Cuidado, si lleva gafas, el apoyo de la nariz de sus Luminette® debe colocarse detrás del de su montura (ver figura 3).

Una vez que la sesión empieza, mantenga los ojos abiertos. No dude en continuar con sus ocupaciones. Cuidado: no dirija su mirada directamente al LED.

Encuentra el ajuste ideal: Luminette es talla única, pero si necesitas unos arreglos para un ajuste más apretado o más flojo, dobla suavemente las sienes hacia adentro o hacia afuera. Para un ajuste aún más seguro, inserta los «ganchos para la oreja» de plástico blanco al final de las patillas.

H. ¿Cómo mantener mis Luminette®?

Para limpiar sus Luminette®, coja un paño suave que habrá humedecido anteriormente con un poco de agua limpia.

Proteja también el visor holográfico, más frágil, y evite poner allí los dedos.

Si aparecen marcas a pesar de sus cuidados, límpielas con un algodón.

III. Aplicación Myluminette – Instrucciones

A. Instalación de la app

Busque la app llamada «Myluminette» en la tienda de Apple o en la tienda Google Play. Descárguela e instálela en su smartphone.

B. Cree su perfil

Cuando haya instalado la app «Myluminette», se le pedirá que cree un perfil e



introduzca alguna información personal básica.

C. Empareje la app con Myluminette

Pulse y mantenga pulsado el botón encendido/apagado de su Luminette más de 5 segundos para comenzar el modo de emparejamiento. Los 3 indicadores de luz LED empezarán a parpadear lentamente cuando esté activado el modo de emparejamiento.

Active la funcionalidad Bluetooth en su smartphone y seleccione Luminette en la lista de dispositivos emisores de Bluetooth detectados. Ahora sus Luminette deberían estar emparejados con su smartphone. Puede utilizar la app y tener acceso a su historial de uso personal.

IV. Garantía y servicio posventa

A. Garantía

Lucimed garantiza el funcionamiento de sus aparatos siempre que se usen de acuerdo al manual de instrucciones y siempre que no haya un defecto de fabricación. Esta garantía cubre las piezas y la mano de obra. En caso de fallo del aparato,

Lucimed asegura gratuitamente la reparación durante 2 años desde la fecha de venta.

La garantía es justificable únicamente bajo la presentación de un justificante (la tarjeta de garantía debidamente completada y sellada o la factura de compra). La fecha de intervención debe situarse en el período de garantía.

La garantía no cubre los fallos debidos a una causa accidental, a un mal uso o a una negligencia, y en caso de modificaciones o reparaciones efectuadas por personas no cualificadas.

En ningún caso, esta garantía da derecho a perjuicios e intereses.

Lucimed asegura el servicio posventa durante y después del periodo de garantía en todos los países donde el producto se vende o se distribuye oficialmente.

Mencione el número de serie y la fecha de compra en toda correspondencia. Para solicitar asistencia, visite nuestro sitio internet www.myluminette.com.

¡Cuidado! Si alguna vez pierde este manual de instrucciones, recuerde que puede descargarlo en la página www.myluminette.com.

B. Accesorios

Los accesorios siguientes están disponibles tras la compra:

- Adaptador de carga (EU): referencia KYT050100BC-05
- Funda protectora: referencia CASE02

IV. Medio ambiente

Cuando el aparato ya no funcione más, no lo tire con los desperdicios del hogar. La pila recargable integrada en sus Luminette® contiene sustancias nocivas para el medio ambiente. Retire la pila usada de su aparato antes de tirarlo a la basura, y tirela en un lugar destinado a ello. Así contribuirá a la protección del medio ambiente. Si no consigue quitarla, lleve el aparato al lugar donde lo compró.

Para retirar la pila recargable:

Para retirar la batería recargable:

- Asegúrese de que el dispositivo esté desenchufado y que la batería esté plana.
- Destornille los dos brazos usando un destornillador del tamaño correcto.
- Retire la tapa de plástico de la batería recargable.
- Desenchufe la batería recargable.

VI. Especificaciones técnicas

A. Características del aparato




General	
Marca registrada:	Luminette®
Nombre del modelo del dispositivo:	Glasses 3
Referencia del modelo del adaptador (EU) + cable	KYT050100BC-05
Electricidad	
Voltaje de entrada nominal del adaptador	100-240V AC

Frecuencia de entrada nominal del adaptador	50-60 Hz
Voltaje de salida nominal del adaptador	5V DC
Potencia de salida nominal del adaptador	5W
Tipo de energía	
2 baterías recargables de iones de litio	3.7V 150 mAh
Características físicas	
Peso	17 x 16 x 3 cm (6.7 x 6.3 x 1.2 inch.)
Intensidad de luz en la posición 1	51 gr. (1.8 Oz)
Intensidad de luz en la posición 2	+ - 500 lux
Intensidad de luz en la posición 3	+ - 1,000 lux
Light intensity at Position 3	+ - 1,500 lux
Características espectrales	
Pico 1 Longitud de onda Ancho de banda	468 nm 70 nm
Pico 2 Longitud de onda Ancho de banda	570 nm 100 nm
Nominal Spectral irradiance (100% intensity) Maximal Spectral irradiance (100% intensity) Maximal variation of the output	21,8 $\mu\text{W}/\text{cm}^2$ 25,4 $\mu\text{W}/\text{cm}^2$ $\pm 7\%$
Condiciones de funcionamiento	
Temperatura	5 °C - +40 °C
Humedad relativa	15 % - 93 %
Rango de presión atmosférica	700 hPa - 1060 hPa
Condiciones de almacenamiento	

Temperatura	-25 °C - +70 °C
Humedad relativa	15 % - 93 %
Vida de servicio esperada	
Vida del dispositivo:	6 años
Vida del adaptador:	3 años

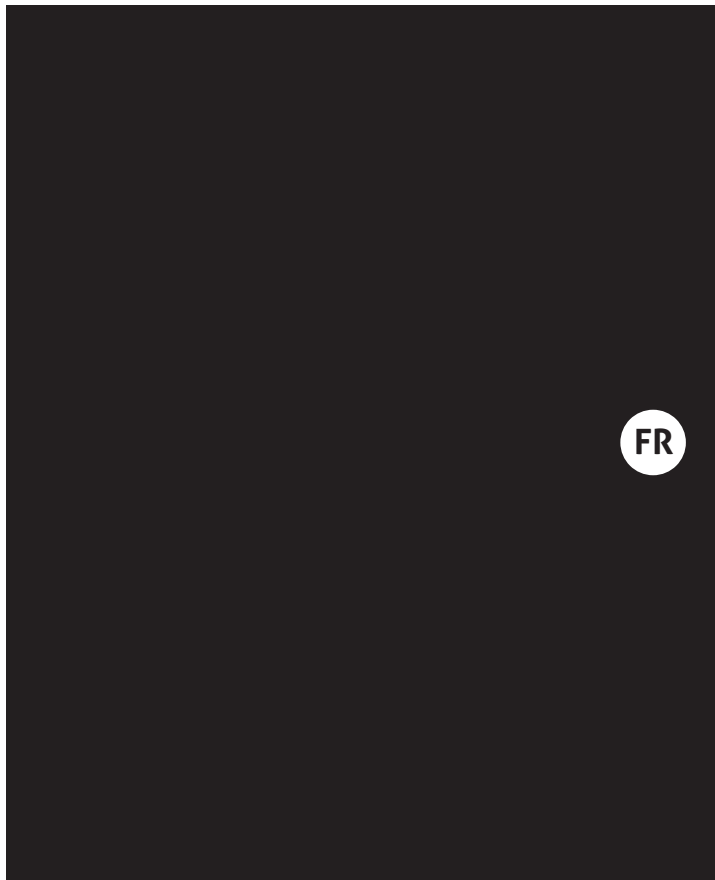
B. Símbolos

Los siguientes símbolos pueden aparecer en el aparato

Símbolos	Descripción
	Fabricado para: Lucimed SA, Rue le marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, Belgium Tel : +32 4 369 48 36
	Año de fabricación:
	Consulte el manual de usuario suministrado:
	No se debería desechar este dispositivo en los residuos normales, sino en una instalación de recogida apropiada para su recuperación y reciclaje
	El embalaje de este dispositivo se puede reciclar
	Lea atentamente el manual del usuario
	Número de serie
	CE significa Declaración de conformidad europea

C. Responsabilidad del fabricante

En nuestra calidad de fabricante, asumimos la responsabilidad de la seguridad, de la fiabilidad y del funcionamiento del aparato, siempre y cuando se utilice conforme a las recomendaciones de utilización y que las modificaciones y reparaciones se hayan realizado exclusivamente por personal autorizado.



FR





I. Introduction

Vous venez d'acquérir une Luminette®. Nous vous félicitons pour votre achat et vous souhaitons la bienvenue dans le monde de la luminothérapie portable !

Important: Avant de faire fonctionner et d'utiliser votre Luminette®, 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, ou dépression saisonnière. 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 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
- Troubles des rythmes du sommeil
- Décalage horaire
- Travail à horaire décalé

La Luminette a été conçue pour aider les gens à se sentir plus énergétiques, à optimiser leurs rythmes de sommeil, à améliorer leur vigilance et pour les soulager en cas de blues hivernal.

Si vous souffrez de dépression, consultez un professionnel et n'utilisez pas cet appareil dans le cadre d'un auto-traitement. Cet appareil n'est pas un appareil médical

D. Les contre-indications

Quelle que soit la raison pour laquelle vous utilisez votre Luminette®, 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 la Luminette®. 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.

Enfin, pendant que vous utilisez un véhicule ou que vous travaillez avec une machine nécessitant un large champ visuel et une attention soutenue, nous vous recommandons de ne pas utiliser la Luminette®.

La Luminette peut également être portée avec des lentilles de contact ou des verres correcteurs. Pour des résultats optimaux, le support de nez de la Luminette doit être placé derrière la monture des lunettes. Notez qu'il n'est pas recommandé d'utiliser la Luminette avec des lunettes de soleil ou des verres filtrants.



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 :

- Utilisez toujours l'appareil dans une pièce bien éclairée.
- Réduisez l'intensité lumineuse 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. Cet appareil est conforme à l'alinéa 15 de la réglementation de la FCC. Son fonctionnement est assujéti aux deux conditions suivantes : (1) l'appareil ne doit pas causer d'interférences nuisibles; (2) l'appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris les interférences qui peuvent causer un fonctionnement non désiré.

Pour garantir la longévité de votre Luminette®, nous vous invitons à :

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

II. Utilisation

A. Quand puis-je utiliser ma Luminette®?





1. Pour lutter contre le blues hivernal

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

La Luminette 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 faire face au décalage horaire

Le décalage horaire, ou « jet lag », qui est la conséquence d'une traversée rapide de plusieurs fuseaux horaires généralement en avion, se traduit par une perturbation des cycles biologiques : insomnie, somnolence, fatigue physique et intellectuelle, troubles de l'humeur, difficultés de concentration...





De simples conseils, et l'utilisation de votre Luminette®, peuvent la réduire sensiblement.

- Pendant le vol

Réglez votre montre sur l'heure du lieu de votre destination, buvez beaucoup d'eau et limitez la consommation d'alcool, de café et de thé.

- A l'arrivée

Si vous voyagez vers l'Est, nous vous conseillons, une fois sur place, le premier jour, d'éviter la lumière du soleil (en portant des lunettes qui filtrent le bleu ou des lunettes de soleil à haut degré de protection) le matin et de profiter de la luminosité de l'après-midi (ou à défaut, de votre Luminette®) pour maintenir un taux bas de mélatonine. Les jours suivants, avancez votre séance de deux heures chaque jour, en veillant à ne pas devancer votre heure de réveil habituelle.

Si vous voyagez vers l'Ouest, nous vous recommandons, une fois sur place, de rester éveillé tant qu'il fait jour et de porter votre Luminette® en début d'après-midi (entre 12h00 et 15h00). Mais dès qu'il fait nuit, allez dormir.

5. Pour optimiser 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.

Vous souhaitez obtenir un programme personnalisé ? Téléchargez l'application MyLuminette disponible sur Apple Store ou sur Google Play Store.



B. Combien de temps dure une séance de luminothérapie?

La durée d'utilisation recommandée dépend de l'intensité lumineuse reçue par l'œil.

Votre Luminette® vous permet de choisir trois intensités lumineuses différentes.

Le tableau ci-dessous vous indique les durées recommandées d'utilisation de





votre Luminette® selon la position choisie.

Position (à l'allumage)	Durée d'utilisation recommandée (en min.)
1	45
2	30
3	20

L'intensité lumineuse choisie est indiquée par les 3 voyants d'intensité (voir figure 1). Une fois la séance terminée, les lunettes clignotent trois fois et s'éteignent automatiquement.

C. A quelle fréquence dois-je utiliser la Luminette?

Utilisez la Luminette tous les jours au bon moment pour obtenir les résultats désirés. Sauf lorsque vous essayez de combattre le décalage horaire, il est conseillé d'utiliser la Luminette à la même heure tous les jours.

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

Certaines personnes commencent à ressentir les effets régulateurs de la Luminette dès la première utilisation. D'autres, après 1 à 2 semaines d'utilisation quotidienne.

E. Comment charger ma Luminette® ?

Nous vous recommandons de charger votre Luminette avant de l'allumer pour la première fois.

Pour ce faire :

- Connectez le connecteur Micro USB du câble à l'emplacement prévu à cet effet sur votre Luminette® (voir figure 1) et branchez l'autre connecteur USB standard au port du chargeur;
- Branchez le chargeur sur une prise murale;
- Lorsque l'appareil est complètement chargé (le temps de charge est de 2h), débranchez le chargeur.

Vous pouvez également charger votre Luminette® en la connectant à votre ordinateur grâce au câble USB fourni avec l'appareil.



Indication de charge:

- Lorsque votre Luminette® est en cours de chargement, les 3 voyants lumineux clignotent continuellement de manière cyclique.
- Lorsque votre Luminette® est complètement chargée, ces 3 voyants lumineux cessent de clignoter et restent allumés.
- En cas d'erreur (défaillance de la pile ou du circuit), ce voyant clignote rapidement, sans interruption.
- L'appareil n'est pas fonctionnel lorsqu'il est en charge.

Autonomie de l'appareil :

L'autonomie dépend de l'intensité choisie. A titre indicatif, la Luminette correctement chargée doit tenir au moins 10 séances.

Lorsque vous éteignez l'appareil, entre 1 et 3 voyants de batterie s'allument pour vous donner une indication de la durée restante de la batterie (3 voyants = la batterie est pleinement chargée; 2 voyants = la batterie est chargée à 2/3; 1 voyant = la batterie est chargée à 1/3, 1 voyant clignotant = la batterie est insuffisamment chargée pour pouvoir terminer une session).

Nous vous conseillons de recharger votre Luminette® lorsqu'il ne reste plus qu'un voyant allumé à la mise en arrêt de l'appareil.

F. Mise en service et arrêt

Attention: Avant la première utilisation, veillez à retirer le film protecteur placé sur l'hologramme.

Assurez-vous que l'appareil soit bien chargé pour permettre à votre Luminette® de fonctionner durant toute la durée d'utilisation programmée, soit la séance de traitement complète. Appuyez courtement sur la touche Marche-Arrêt (voir figure 1) pour allumer votre Luminette®.

Pour modifier l'intensité de la lumière, il vous suffit d'exercer une pression courte sur le bouton Marche-Arrêt. Le changement s'opèrera de manière cyclique : niveau 1, puis niveau 2, puis niveau 3, puis retour au niveau 1, etc.

La Luminette reste allumée pendant une période définie, clignote trois fois lorsque la période est terminée et s'éteint automatiquement. Pour éteindre votre Luminette® au milieu d'une session, maintenez le bouton On-Off enfoncé (pendant 2 secondes).



G. Comment positionner ma Luminette®?

Pour bénéficier d'une efficacité maximale et d'un confort accru, vous devez placer correctement la Luminette® sur votre visage.

Pour bien positionner votre Luminette®:

- Placez le pose-nez dans l'une des trois fentes (voir Figure 1). Un «clic» signifie que votre pose-nez est correctement inséré. Pour le sortir, tirez fermement dessus.
- Placez la partie souple du pose-nez à l'intersection du nez et du front: le bord inférieur de la visière holographique doit se situer juste au-dessus de la ligne des yeux (voir figure 2) lorsque vous vous regardez dans le miroir. Assurez-vous que la bande lumineuse bleue est bien placée en travers de vos yeux.

Attention, si vous portez des lunettes, le support de nez de votre Luminette® doit être positionné derrière celui de votre monture (voir figure 3).

Une fois la séance commencée, gardez les yeux ouverts. N'hésitez pas à vaquer à vos occupations.

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

Trouvez l'ajustement parfait : La Luminette est une taille unique ; cependant, si vous avez besoin de l'ajuster plus ou moins serré, pliez doucement les branches vers l'intérieur ou vers l'extérieur. Pour encore plus de sécurité, insérez les «crochets d'oreilles» en plastique blanc fournis à l'extrémité des branches.

H. Comment entretenir ma Luminette® ?

Ce dispositif est prévu pour une utilisation personnelle exclusivement. Entre chaque utilisation, rangez l'appareil dans sa housse de protection dans un lieu sec.

Pour nettoyer votre Luminette®, prenez un chiffon doux que vous aurez humidifié d'un peu d'eau claire.

Protégez aussi la visière holographique, plus fragile, et évitez d'y poser les doigts. Si des taches apparaissent malgré vos précautions, nettoyez-les simplement avec un coton.





III. Application Myluminette - instructions

A. Installation de l'application

Recherchez l'application appelée «Myluminette» dans Apple Store ou Google Play Store. Téléchargez et installez-la sur votre smartphone.

B. Créez mon profil

Une fois que vous avez installé l'application «Myluminette», il vous est demandé de créer un profil et de saisir des informations personnelles de base.

C. Associez l'application à ma Luminette

Appuyez sur le bouton marche / arrêt de votre Luminette et maintenez-le enfoncé pendant plus de 5 secondes pour lancer le mode de couplage. Les 3 voyants lumineux d'intensité commencent à clignoter lentement lorsque le mode de couplage est activé.

Activez la fonctionnalité Bluetooth sur votre smartphone et sélectionnez Luminette dans la liste des périphériques Bluetooth détectés. Votre Luminette devrait maintenant être jumelée à votre smartphone. Vous pouvez utiliser l'application et accéder à votre historique d'utilisation personnel.

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'oeuvre. En cas de défaillance de l'appareil, Lucimed assure gratuitement la réparation pendant 2 ans, à compter de la date de vente.

La garantie est invocable uniquement sur présentation d'un justificatif (la carte de garantie dûment complétée et cachetée ou 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.

Mentionnez le numéro de série et la date d'achat dans toute correspondance. En cas de problème, rendez-vous sur le site www.myluminette.com.

Attention ! Si jamais vous perdiez cette notice d'utilisation, s'il vous plaît, sachez 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 (EU) : référence KYT050100BC-05
- Housse de protection : référence CASE02

V. Environnement

Lorsque votre appareil ne fonctionnera plus, ne le jetez pas avec les ordures ménagères. Les batteries rechargeables intégrées dans votre Luminette® contiennent des substances nuisibles à l'environnement. Veuillez à retirer les 2 batteries usagées avant de mettre celles-ci au rebut, et déposez-les à l'endroit prévu à cet effet. Vous contribuerez ainsi à la protection de l'environnement. Si vous n'arrivez pas à les retirer, rappez l'appareil là où vous l'avez acheté.

Pour retirer les batteries :

- Assurez-vous que l'appareil est débranché et que les batteries sont vides.
- Dévissez les 2 vis des branches à l'aide d'un tournevis adapté.
- Retirez le cache plastique des batteries. Débranchez les 2 batteries rechargeables.

VI. Spécifications techniques

A. Caractéristiques de l'appareil

Général	
Marque déposée	Luminette®
Modèle appareil	Glasses 3











Modèle adaptateur	KYT050100BC-05
Electrique	
Tension d'entrée nominale de l'adaptateur	100-240V AC
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	5W
Type d'alimentation	
2 Batteries lithium ion rechargeables	3.7V 150 mAh
Caractéristiques physiques	
Dimensions	17 x 16 x 3 cm (6.7 x 6.3 x 1.2 inch.)
Poids	51 gr (1.8 Oz)
Intensité lumineuse en position 1	+ - 500 lux
Intensité lumineuse en position 2	+ - 1,000 lux
Intensité lumineuse en position 3	+ - 1,500 lux
Caractéristiques spectrales	
Pic 1 Longueur d'onde Largeur de bande	468 nm 70 nm
Pic 2 Longueur d'onde Largeur de bande	570 nm 100 nm
Nominal Spectral irradiance (100% intensity) Maximal Spectral irradiance (100% intensity) Maximal variation of the output	21,8 $\mu\text{W}/\text{cm}^2$ 25,4 $\mu\text{W}/\text{cm}^2$ $\pm 7\%$

Conditions de fonctionnement	
Température	5 °C - +40 °C
Taux d'humidité relative	15 % - 93 %
Limites de pression atmosphérique	700 hPa - 1060 hPa
Conditions de stockage et de transport	
Température	-25 °C - +70 °C
Taux d'humidité relative	15 % - 93 %
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
	L'emballage de cet appareil est recyclable.
	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.
 SN 0000	Numéro de série
	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 la Luminette doit faire l'objet d'une notification à Lucimed et à l'autorité compétente de votre pays.



DE





I. Einleitung

Wir gratulieren Ihnen zum Erwerb Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille und begrüßen Sie in der Welt der mobilen Lichttherapie.

Lesen Sie beigefügte Anleitung vor dem ersten Gebrauch Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille aufmerksam durch und bewahren Sie sie sorgfältig auf. Nehmen Sie sich die Zeit und entdecken Sie das neue Therapiegerät mit Hilfe der Abbildung 1.

A. Die Bedeutung des Lichts

Das menschliche Gehirn nutzt den Licht-Dunkel-Zyklus zur Synchronisation interner Funktionen wie Laune, Appetit, Verdauung, Schlaf, Libido usw. Dieser circadiane Rhythmus, der mit 24-stündiger Periodik oszilliert, entspricht unserer inneren Uhr.

Bei Einbruch der Dunkelheit wird das Hormon Melatonin, allgemein auch „Schlafhormon“ genannt, durch das Gehirn ausgeschüttet und stellt uns so auf den Schlaf ein. Sobald es morgens wieder hell wird, wird die Melatoninproduktion gestoppt. Wir stehen leicht auf und sind voller Energie.

Neben der Steuerung unserer inneren Uhr hat das Licht wesentliche Auswirkungen auf unsere Stimmung. Es steigert die Wachsamkeit ebenso wie die körperliche und intellektuelle Leistungsfähigkeit.

B. Die Lichttherapie

In gewissen Situationen steht die innere Uhr nicht mehr im Einklang mit der Außenwelt. Die circadianen Rhythmen sind dann „desynchronisiert“.

Dies ist insbesondere im Winter der Fall, wenn der Lichtmangel bei einigen Personen einen Winterblues, auch „saisonal abhängige Depression“ genannt, auslöst. Störungen werden auch dann festgestellt, wenn Personen dazu neigen, zu früh oder zu spät einzuschlafen. Zeitverschiebungen oder „Jetlag“ sind eine weitere Form der Störung der inneren Uhr. Ebenso sind durch Schicht- und Nachtarbeit (die mehr als 10% der Arbeitnehmer in Europa betrifft) verursachte Störungen heute als echte Krankheit anerkannt.

All diese Störungen können durch einen korrekten Umgang mit dem Licht und der Dunkelheit gemildert, ja gar verhindert werden. Wenn kein natürliches Licht vorhanden ist, bietet die Lichttherapie die Lösung mit den meisten Vorteilen und den geringsten Nebenwirkungen.



C. Anwendungen

- Winterblues
- Müdigkeit - Mangel an Energie
- Schlafstörungen
- Durch Zeitverschiebungen verursachte Störungen
- Nacht- oder Schichtarbeit

D. Gegenanzeigen

Was auch immer der Grund für Ihre Benutzung der Luminette® sein mag, wir raten, die empfohlene tägliche Benutzungsdauer nicht zu überschreiten.

Nebenwirkungen treten nur selten auf.

Wenn Sie eine Augenerkrankung haben (grüner Star, Netzhautentzündung oder Retinopathie, Makuladegeneration), sollten Sie vor Nutzung der Luminette® Lichttherapiebrille einen Augenarzt aufzusuchen. Wenn Sie einen grauen Star haben, kann es sein, dass die Lichttherapie nicht die gewünschte Wirkung erzielt.

Wenn Sie von einer psychiatrischen Erkrankung betroffen sind (Depression, Hysterie, Neurose und Psychose), empfiehlt es sich, einen Arzt zu konsultieren, bevor Sie das Gerät benutzen.

Luminette kann auch über Kontaktlinsen oder Korrekturgläsern getragen werden. Für optimale Ergebnisse sollte der Nasenbügel der Luminette hinter einer Korrekturbrille platziert werden. Beachten Sie, dass die Verwendung von Luminette mit einer Sonnenbrille oder einer Farbfilterbrille nicht empfohlen wird. Dieses Gerät ist kein Medizinprodukt

E. Mögliche Nebenwirkungen

Die möglichen Nebenwirkungen durch das Licht von diesem Gerät sind relativ schwach und nur vorübergehend. Dazu gehören:

- Kopfschmerzen
- Übelkeit
- Augenschmerzen oder Sehstörungen, Augeninnendruck
- Agitation, Sedierung, Sprunghaftigkeit/Nervosität und sehr selten

Hypomanie oder Manie

Maßnahmen zur Vermeidung, Minimierung oder Linderung dieser Nebenwirkungen:

- Verwenden Sie das Gerät stets in einem gut beleuchteten Raum.
- Verringern Sie die Lichtintensität, wenn diese Reaktionen auftreten.
- Sehen Sie ein paar Tage von der Verwendung des Geräts ab, damit die Reaktionen abklingen, und versuchen Sie es dann erneut.

F. Sicherheitshinweise

Dieses Gerät entspricht den technischen Richtlinien und Sicherheitsstandards, die für elektrische Geräte und die Belastung durch elektromagnetische Strahlung (Elektromagnetische Verträglichkeit) gelten.

Um eine möglichst lange Lebensdauer Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille zu gewährleisten, sollten Sie Folgendes beachten:

- Verwenden Sie nur Originalzubehör;
- Tauchen Sie die Luminette® Lichttherapiebrille nie in Wasser;
- Reinigen Sie Ihre Luminette® Lichttherapiebrille nicht unter fließendem Wasser;
- Lassen Sie Ihre Luminette® Lichttherapiebrille weder in der Sonne, noch an einem feuchten oder staubigen Ort liegen.
- Reinigen Sie Ihre Luminette nach jedem Gebrauch.

II. Gebrauch

A. Wann kann ich meine Luminette® Lichttherapiebrille gebrauchen?

1. Den Winterblues bekämpfen

Sie empfinden Energiemangel und Antriebslosigkeit? Sie kommen morgens nur schwer aus dem Bett? Sie haben ein starkes Bedürfnis zu schlafen? Sie naschen häufiger? Sie stellen einen Libidoverlust fest? Dann leiden Sie womöglich an einer Winterdepression. Dieser Zustand, auch „saisonal bedingte Depression“ genannt,



wird durch Lichtmangel in den Herbst- und Wintermonaten verursacht.

Wir empfehlen Ihnen eine Lichttherapiesitzung am Morgen nach dem Aufwachen.

2. Müdigkeit - Mangel an Energie

Luminette reproduziert die wohltuende Kraft des Tageslichts und stimuliert spezielle Rezeptoren im Auge, um die körpereigene anregende Reaktion von Licht auszulösen. Das hilft Ihnen mangelnde Energie zu bekämpfen und sich vital, aktiv und aufmerksam zu fühlen und Ihre Stimmung aufzubessern.

Wir empfehlen Ihnen eine Lichttherapiesitzung am Morgen nach dem Aufwachen.

3. Schlafstörungen bekämpfen

Schlafprobleme können durch eine Vorausphase oder eine Verzögerung Ihrer biologischen Uhr auftreten. Eine Lösung bietet in diesem Fall die Lichttherapie.

Die verschobene Phase

Schlafen Sie im allgemeinen zu spät und finden es schwierig, am nächsten Morgen aufzustehen? Wir empfehlen eine Lichttherapiesitzung sobald Sie wach werden.

Die vorgezogene Phase

Fällt es Ihnen schwer, abends wach zu bleiben und wachen Sie morgens zu früh auf? Wir empfehlen Ihnen eine Lichttherapiesitzung im späten Nachmittag oder am frühen Abend, zwei bis drei Stunden, bevor Sie zu Bett gehen möchten.

4. Mit Zeitverschiebungen besser zu Recht zu kommen

Zeitverschiebungen oder „Jetlag“, der aus der schnellen Reise über mehrere Zeitzonen (im Allgemeinen mit dem Flugzeug) resultiert, äußern sich durch Störungen der biologischen Rhythmen: Schlaflosigkeit, Schläfrigkeit, körperliche und intellektuelle Müdigkeit, Stimmungsschwankungen, Konzentrationsschwierigkeiten...

Einige einfache Ratschläge sowie die Nutzung Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille können die Beschwerden wesentlich abmildern.

- Während des Flugs

Stellen Sie Ihre Uhr auf die Uhrzeit Ihres Ankunftsortes um, trinken Sie viel Wasser und vermeiden Sie möglichst den Konsum von Alkohol, Kaffee oder Tee...

- Bei der Ankunft

Wenn Sie nach Osten reisen, sollten Sie am ersten Tag vor Ort das Sonnenlicht am Morgen möglichst vermeiden (indem Sie Blau-Blocker-Brillen oder Sonnenbrillen



mit hohem Lichtschutzfaktor tragen) und vom Licht des Nachmittags (oder von Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille) profitieren, um die Melatoninproduktion gering zu halten. An den darauffolgenden Tagen sollten Sie immer jeweils zwei Stunden früher eine Lichttherapiesitzung vorsehen und darauf achten, nicht früher als gewöhnlich aufzustehen.

Bei Reisen in den Westen empfehlen wir, nach Ankunft vor Ort den ganzen Tag wach zu bleiben und Ihre Luminette® Lichttherapiebrille am frühen Nachmittag (zwischen 12 Uhr und 15 Uhr) aufzusetzen. Gehen Sie schlafen, sobald die Nacht anbricht.

5. Nacht- und Schichtarbeit optimieren

Wenn Sie mehr als drei Mal hintereinander nachts arbeiten und es Ihnen schwer fällt, dabei und/oder auf Ihrem Weg nach Hause wach zu bleiben, dann empfehlen wir kurz vor Arbeitsbeginn eine Lichttherapie-Sitzung und wenn Sie sich schläfrig fühlen, eine zweite Sitzung während der Arbeit.

Suchen Sie vorsichtshalber vorher Ihren Firmenarzt auf.

Möchten Sie ein personalisiertes Programm? Laden Sie gratis die Myluminette App im App Store und Playstore herunter.



B. Wie lange dauert eine Lichttherapiesitzung?

Die empfohlene Dauer einer Sitzung hängt von der durch das Auge empfangenen Lichtintensität ab.

Mit Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille können Sie zwischen drei unterschiedlichen Lichtintensitäten wählen.

In der folgenden Tabelle wird die empfohlene Benutzungsdauer für Ihre Luminette®, je nach der von Ihnen gewählten Position, angezeigt.

Position (beim Einschalten)	Empfohlene Dauer der Sitzung (in Minuten)
1	45
2	30
3	20

Die gewählte Lichtintensität wird durch die 3 Lichtintensitäts-LEDs angezeigt (siehe Abbildung 1). Sobald die Sitzungszeit abgelaufen ist, blinkt die Brille dreimal und schaltet sich automatisch aus.

C. Wie oft muss ich meine Luminette nutzen?

Nutzen Sie die Luminette jeden Tag zur richtigen Zeit, um die gewünschten Ergebnisse zu erzielen. Außer wenn Sie versuchen, den Jet-Lag zu bekämpfen, sollten Sie Luminette jeden Tag zur selben Zeit verwenden.

D. Wann sehe ich die ersten Verbesserungen?

Einige Nutzer fühlen den energetischen Effekt bereits bei der ersten Nutzung. Andere stellen erst nach 1 bis 2 Wochen täglicher Nutzung Erfolge fest.

E. Einschalten und Bedienung des Geräts - Aufladen der Batterie

Vor dem ersten Gebrauch Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille sollten Sie die Batterie vollständig laden.

- Schließen Sie das Ende des Micro USB-Kabels an der hierfür vorgesehen Stelle Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille an (siehe Abbildung 1) und das andere Ende an das Ladegerät.
- Stecken Sie das Ladegerät in die Steckdose.
- Wenn die Batterie vollständig geladen ist, schalten Sie das Ladegerät aus (Die Ladezeit ist 2 Stunden).

Sie können Ihre Luminette® Lichttherapiebrille auch mit dem mitgelieferten USB-Kabel an Ihrem Computer laden

Anweisungen zum Aufladen:

- Wenn Ihre Luminette® aufgeladen wird, blinken die 3 LEDs der Batterieanzeige kontinuierlich langsam in einem Takt.
- Wenn Ihre Luminette® vollständig aufgeladen ist, hören diese 3 LEDs der Batterieanzeige auf zu blinken und bleiben eingeschaltet.
- Im Fehlerfall (Fehler in der Batterie oder im Stromkreis), blinkt die LED schnell und ununterbrochen.
- Das Gerät darf während des Ladevorgangs nicht verwendet werden.

Akkulebensdauer:

Die Akkulebensdauer ist abhängig von der von Ihnen gewählten Intensität. Das Luminette®-Gerät sollte mindestens 10 Sitzungen überdauern.

Wenn Sie das Gerät ausschalten, leuchten zwischen 1 und 3 der Batterieanzeige-LEDs auf, um Ihnen eine Anzeige der verbleibenden Akkulaufzeit zu geben (3 LEDs = maximal; 2 LEDs = der Akku ist zu 2/3 geladen; 1 LED = der Akku ist zu 1/3 geladen; 1 blinkendes LED = der Akku ist unzureichend geladen, um eine Sitzung abschließen zu können).

Wir empfehlen den Akku Ihrer Luminette® zu laden, wenn beim Abschalten des Gerätes nur 1 LED leuchtet.

F. Ein- und Ausschalten des Geräts

Achtung: Vor dem ersten Gebrauch sollten Sie den Schutzfilm auf dem Hologramm abziehen.

Vergewissern Sie sich, dass die Batterie geladen ist, so dass Ihre Luminette® Lichttherapiebrille während der gesamten programmierten Anwendungsdauer (d.h. während der ganzen Behandlungssitzung) funktioniert. Drücken Sie zum Einschalten Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille kurz den Ein- und Ausschaltknopf (siehe Abbildung 1).

Wenn Sie die Lichtintensität verändern möchten, drücken Sie nur kurz den Ein- und Ausschaltknopf. Die Stufen schalten zyklisch um: Stufe 1, dann Stufe 2, dann Stufe 3, dann wieder Stufe 1 usw.

Zum Ausschalten Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille drücken Sie wieder lange (2 Sekunden) den Ein- und Ausschaltknopf.

G. Wie setze ich meine Luminette® Lichttherapiebrille richtig auf?



Für eine maximale Wirksamkeit und einen gesteigerten Komfort ist es wichtig, die Luminette® Lichttherapiebrille korrekt aufzusetzen.

Um Ihre Luminette® korrekt zu positionieren:

- Setzen Sie das Nasenstück in eins der drei Schlitzte (siehe Abbildung 1). Ein "Klick"-Ton bedeutet, dass Ihr Nasenstück richtig eingesetzt ist. Um es herauszunehmen, ziehen Sie fest an.
- Das Polster des Nasenteils dort platzieren, wo sich Nase und Stirn treffen (siehe Diagramm): die untere Linie des holographischen Visiers sollte sich knapp über Ihrer Sichtlinie befinden (siehe Abbildung. 2), wenn sie in den Spiegel schauen. Stellen Sie sicher, dass der blaue Lichtstreifen gut über Ihren Augen sitzt.

Achtung: Wenn Sie eine Brille tragen, müssen die Nasenbügel Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille hinter die Nasenbügel Ihrer Brille positioniert werden (siehe Abbildung 3).

Luminette bleibt für eine bestimmte Zeit eingeschaltet, blinkt dreimal, wenn die Zeit abgelaufen ist, und schaltet sich automatisch aus. Um Ihre Luminette® auszuschalten, halten Sie die An-Aus-Taste für 2 Sekunden gedrückt. Achtung: Aus Sicherheitsgründen bitte nicht direkt in die LEDs schauen.

Finde Sie den perfekten Einrichtungsgegenstand: Luminette kommt in einer Einheitsgröße. Wenn sie jedoch enger oder lockerer sitzen sollen, biegen Sie sie vorsichtig an den Schläfen nach innen oder nach außen. Für einen noch sichereren Sitz setzen Sie die mitgelieferten weißen Kunststoff-„Ohrhaken“ am Ende der Schläfen ein.

H. Wie reinige ich meine Luminette® Lichttherapiebrille?

Dieses Gerät ist ausschließlich für den persönlichen Gebrauch. Bewahren Sie das Gerät zwischen jeder Verwendung in der Schutzhülle an einem trockenen Ort auf.

Um Ihre Luminette® zu reinigen, benutzen Sie bitte ein weiches mit sauberem Wasser angefeuchtetes Tuch.

Schützen Sie ebenfalls das zerbrechlichere holographische Visier und berühren Sie es nicht mit den Fingern. Sollte das Visier dennoch schmutzig sein, können sie es einfach mit einem Tupfer reinigen.





III. Myluminette App - Anleitung

A. Installation der App

Suchen Sie nach der App "Myluminette" im Apple Store oder im Google Play Store. Laden Sie die App herunter und installieren Sie diese auf Ihrem Smartphone.

B. Erstellen Sie Ihr Profil

Nachdem Sie die App "Myluminette" installiert haben, werden Sie aufgefordert, ein Profil zu erstellen und ein paar grundlegende persönliche Daten einzugeben.

C. Kombinieren Sie die App mit Ihrer Luminette

Halten Sie die Ein-/Aus-Taste Ihrer Luminette länger als 5 Sekunden gedrückt, um den Kopplungsmodus zu starten. Die 3-fach LED-Leuchtmelder beginnen langsam zu blinken, wenn der Kopplungsmodus aktiviert ist.

Schalten Sie das Bluetooth Ihres Smartphones ein und wählen Sie Luminette in der Liste der erkannten Bluetooth Geräte. Ihre Luminette sollte nun mit Ihrem Smartphone gekoppelt sein. Sie können die App nutzen und haben Zugriff auf Ihren persönlichen Nutzungsverlauf.

IV. Garantie und Kundendienst

A. Garantie

Die Firma Lucimed gewährleistet die Funktionsfähigkeit ihrer Geräte im Rahmen einer der Gebrauchsanleitung entsprechenden Verwendung und bei jedem Herstellungsfehler. Diese Garantie erstreckt sich auf die Teile und den Arbeitsaufwand. Bei Geräteausfall sorgt Lucimed innerhalb von zwei Jahren ab dem Verkaufsdatum unentgeltlich für die Reparatur des Geräts.

Der Kundendienst wird im Rahmen der Garantie nur gegen Vorlage eines Belegs (d.h. ordnungsgemäß ausgefüllter und versiegelter Garantieschein oder Kaufrechnung) geleistet. Das Datum der Servicetätigkeit muss innerhalb der Garantiezeit liegen.

Die Garantie erstreckt sich nicht auf Defekte durch unfallbedingte Ursachen, falschen Gebrauch oder Unachtsamkeit und gilt nicht bei Änderungen oder Reparaturen, die durch nicht qualifizierte Personen vorgenommen wurden.





Durch die Garantie entsteht auf keinen Fall Anspruch auf Schadenersatz.

Dieser Kundendienst während der Garantiezeit und darüber hinaus wird von Lucimed in allen Ländern, in denen das Produkt offiziell verkauft und vertrieben wird, gewährleistet.

Für den Verbraucher gelten auf jeden Fall die Bedingungen von Artikel 1641 und folgenden des belgischen Bürgerlichen Gesetzbuchs über die gesetzliche Gewährleistungspflicht.

Bitte geben Sie bei jedem Schriftwechsel die Seriennummer sowie das Kaufdatum an.

Im Falle von Problemen besuchen Sie bitte www.myluminette.com für weitere Hilfe.

Achtung: Sollten Sie diese Bedienungsanleitung verloren haben, können Sie sie auf der Website www.myluminette.com herunterladen.

B. Zubehör

Das folgende Zubehör ist per Kauf erhältlich:

- Ladegerät und Kabel (EU): Referenz KYTW050100BV-03 oder KYT050100BC-05
- Schutzhülle: Referenz CASE02

V. Umwelt

Entsorgen Sie Ihre nicht mehr funktionierende Luminette® Lichttherapiebrille nicht gemeinsam mit dem Haushaltsmüll, sondern an einem hierfür vorgesehenen Ort, wo sie wiederverwertet werden kann. So leisten Sie einen Beitrag zum Umweltschutz.

Die in Ihrer Luminette® Lichttherapiebrille wiederaufladbare integrierte Batterie enthält umweltschädliche Substanzen. Entfernen Sie die verbrauchte Batterie aus dem Gerät, bevor Sie diese zu den Abfällen legen und entsorgen Sie die Batterie an einem hierfür vorgesehenen Ort. Wenn Sie die Batterie nicht entfernen können, sollten Sie das Gerät in das Geschäft zurückbringen, wo Sie es gekauft haben.

Um die wiederaufladbare Batterie zu entfernen,

- Versichern Sie sich, dass das Gerät aus dem Stecker herausgezogen wurde und die Batterie leer ist.
- Schrauben Sie die 2 Schrauben an den Brillebügeln mit Hilfe eines



geeigneten Schraubenziehers ab.

- Entfernen Sie die Plastikabdeckung von der wiederaufladbaren integrierten Batterie;
- Ziehen Sie den Akku heraus.

VI. Technische Spezifizierungen

A. Technische Daten



Allgemein	
Marke	Luminette®
Gerätebezeichnung	Glasses 3
Ladegerät Referenz (EU) + Kabel	KYTW050100BV-03 oder KYT050100BC-05
Elektrizität	
Nenneingangsspannung des Adapters	100-240V Wechselstrom
Nenneingangsfrequenz des Adapters	50-60 Hz
Nennausgangsspannung des Adapters	5V Gleichstrom
Nennausgangsleistung des Adapters	5W
Stromversorgung	
2 Wiederaufladbare Lithium-Ionen-Batterie	3.7V 150 mAh
Classification	
Medizinische Geräteklasse	Ila
Art der Verwendung	Kontinuierlich
Isolationsklasse	Eingebaute Stromquelle (Batterie)






Elektrizität	
Nenneingangsspannung des Adapters	100-240V Wechselstrom
Nenneingangsfrequenz des Adapters	50-60 Hz
Nennausgangsspannung des Adapters	5V Gleichstrom
Nennausgangsleistung des Adapters	5W
Stromversorgung	
2 Wiederaufladbare Lithium-Ionen-Batterie	3.7V 150 mAh
Classification	
Art der Verwendung	Kontinuierlich
Isolationsklasse	Eingebaute Stromquelle (Batterie)
Schutzgrad (IP Code)	IP20
Physikalische Eigenschaften	
Maße	17 x 16 x 3 cm
Gewicht	51 gr
Lichtstärke in Stellung 1	+ - 500 lux
Lichtstärke in Stellung 2	+ - 1,000 lux
Lichtstärke in Stellung 3	+ - 1,500 lux
Spectral characteristics	
Spitze 1 Wellenlänge Bandbreite	468 nm 70 nm
Spitze 2 Wellenlänge Bandbreite	570 nm 100 nm

Spitze 2 Wellenlänge Bandbreite	570 nm 100 nm
Betrieb	
Temperatur	5 °C - +40 °C
Relative Luftfeuchtigkeit	15 % - 93 %
Atmosphärischer Druckbereich	700 hPa - 1060 hPa
Lagerbedingungen	
Temperatur	-25 °C - +70 °C
Relative Luftfeuchtigkeit	15 % - 93 %
Erwartete Lebensdauer	
Lebensdauer Gerät	6 Jahre
Lebensdauer Ladegerät	3 Jahre

B. Symbolschlüssel

Die folgenden Symbole können auf dem Gerät erscheinen:
und Änderungen sowie Reparaturen am Gerät ausschließlich durch unsererseits
zugelassenes Personal vorgenommen wurden.

Symbole	Beschreibung
	Hergestellt für : Lucimed SA, Rue le marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, Belgien Tel: +32 4 369 48 36
	Herstellungsjahr

 SN 0000	Seriennummer
	Konsultieren Sie das mitgelieferte Handbuch.
	Dieses Gerät sollte nicht mit dem normalen Abfall, sondern bei einer geeigneten Sammelstelle für Verwertung und Recycling entsorgt werden.
	Konsultieren Sie sorgfältig das mitgelieferte Handbuch.
	Die Verpackung dieses Geräts kann recycelt werden.
CE	CE steht für European Declaration for Conformity.

C. Haftung des Herstellers

Als Hersteller haften wir nur dann für die Sicherheit, die Zuverlässigkeit und den Betrieb des Geräts, wenn dieses gemäß der Gebrauchsanleitung benutzt wurde.

Bitte kontaktieren Sie den Hersteller, wenn Sie Hilfe bei der Installation, der Verwendung oder der Instandhaltung Ihres Gerätes brauchen, oder ein unerwartetes Problem auftritt.

Jeder schwerwiegende Vorfall, an dem Luminette beteiligt ist, muss Lucimed und der zuständigen Behörde Ihres Landes mitgeteilt werden.



NL





I. Inleiding

Wij feliciteren u voor de aankoop van uw Luminette® en heten u welkom in de wereld van de draagbare lichttherapie!

Voordat u uw Luminette® opzet en gebruikt, nodigen wij u uit deze gebruiksaanwijzing eerst aandachtig te lezen. Wij raden u ook aan die zorgvuldig te bewaren en de tijd te nemen om uw toestel te ontdekken met behulp van afbeelding 1.

A. De rol van het licht

Ons menselijk brein gebruikt de licht/duister cyclus om onze interne functies te synchroniseren, zoals het humeur, de eetlust, de spijsvertering, de slaap, de libido enzovoort. Die circadiaanse ritmes, die zich over een periode van 24 uur herhalen, vormen onze biologische klok.

De melatonine is wat wij gewoonlijk «het slaaphormoon» noemen. Zodra de avond valt, scheiden onze hersenen deze hormoon af en worden we slaperig. 's Morgens, bij daglicht, stopt deze afscheiding van het slaaphormoon. Uitgerust kunnen we vol energie gemakkelijk opstaan.

Het licht heeft een regulerende werking op onze biologisch klok maar is eveneens heel belangrijk voor ons humeur. Het verhoogt onze waakzaamheid en verbetert onze fysieke en intellectuele prestaties.

B. Lichttherapie

In bepaalde situaties zit onze biologische klok niet meer op één lijn met onze externe omgeving. Onze circadiaanse ritmes zijn niet langer gesynchroniseerd.

Dit is het geval in de winter wanneer er onvoldoende licht is en sommige mensen de winterblues of een seizoensgebonden depressie krijgen. Dit wordt ook vastgesteld bij sommige personen die de neiging hebben te vroeg of te laat in slaap te vallen. Het tijdsverschil of de «jetlag» is een andere verstoring van onze biologisch klok. Ten slotte zijn er ook de stoornissen veroorzaakt door werk in ploegendienst (dit betreft meer dan 10 % van de werknemers in Europa) en die voortaan als echte ziektes worden erkend.

Deze stoornissen kunnen worden verzacht en zelfs helemaal verdwijnen bij een correct gebruik van licht en duister. Bij onvoldoende natuurlijk licht is lichttherapie de oplossing die de grootste voordelen biedt en het minst neveneffecten veroorzaakt.



C. Toepassingen

- Winterblues
- Vermoeidheid en energievermindering
- Een verstoord slaappatroon
- Jet-lag
- Stoornissen ten gevolge van werk in ploegendienst

D. Contra-indicaties

Ongeacht de reden waarom u uw Luminette® gebruikt, raden wij u aan om het apparaat niet langer dan de aanbevolen tijdsduur per dag te gebruiken.

Er zijn weinig contra-indicaties.

Indien u aan een oogziekte lijdt (glaucoom, retinitis of retinopathie, maculaire degeneratie) raden wij u aan een oogarts te raadplegen alvorens de Luminette® te gebruiken. Indien u aan grauwe staar lijdt, kan lichttherapie minder efficiënt zijn.

Als u lijdt aan een psychiatrische aandoening (depressie, hysterie, neurose en psychose), is het raadzaam om een arts te raadplegen vóóordat u het apparaat gebruikt.

Ten slotte raden wij u af de Luminette® te gebruiken wanneer u een voertuig bestuurt of met een machine werkt waarvoor een breed gezichtsveld en uw volledige aandacht wordt vereist.

De Luminette kan ook over contactlenzen of met een medische bril worden gedragen. Voor optimale resultaten dient de neussteun van de Luminette achter de medische bril geplaatst te worden. Het is niet raadzaam om de Luminette te gebruiken met een zonnebril of een kleurfilterende bril. Dit apparaat is geen medisch apparaat

E. Mogelijke reacties

Mogelijke bijwerkingen van licht van dit apparaat zijn van een relatief milde en voorbijgaande aard. Mogelijke bijwerkingen zijn onder andere:

- Hoofdpijn
- Misselijkheid.
- Vermoede ogen of visuele stoornissen, intraoculaire druk.
- Agitatie, verdoofd gevoel, prikkelbaarheid/schrikachtigheid en zeer zelden



hypomanie of manie

Maatregelen om deze bijwerkingen te voorkomen, te beperken of te verlichten:

- Gebruik het apparaat altijd in een goed verlichte kamer.
- Verlaag de lichtintensiteit als deze reacties optreden.
- Gebruik het apparaat een paar dagen niet om de reacties te laten verdwijnen. Probeer het daarna opnieuw.

F. Veiligheid

Dit apparaat is in conformiteit met de technische regelgeving en de veiligheidsnormen die van toepassing zijn op elektro apparaten en wat betreft de blootstelling aan elektromagnetische velden (CEM).

Om de levensduur van uw Luminette® te garanderen vragen wij u om:

- enkel de oorspronkelijke accessoires te gebruiken;
- uw Luminette® nooit in water onder te dompelen;
- uw Luminette® niet met water te reinigen;
- uw Luminette® noch in de zon, noch op een vochtige of stoffige plek te laten liggen.
- Maak uw Luminette na elk gebruik schoon

II. Gebruik

A. Waarvoor gebruik ik mijn Luminette®?

1. Om de winterblues tegen te gaan

U kampt met een gebrek aan energie en motivatie, u kunt 's morgens moeilijk opstaan, u hebt zin in een winterslaap, u knabbelt meer, u voelt dat u aan libido verliest? Waarschijnlijk bent u in een periode van winter blues. Ook wel «seizoensgebonden gemoedsstoornis» genoemd, dat is het resultaat van een vermindering van lichtsterkte in de herfst en de winter. Wij raden u zo snel mogelijk na het ontwaken een sessie lichttherapie aan.

2. Om te strijden tegen vermoeidheid en energievermindering

De Luminette imiteert de gunstige werking van de zon en stimuleert de specifieke



receptoren in de ogen, waardoor het energieverwekkende respons van het lichaam op het licht wordt ontketend. Dit helpt mee in de strijd tegen energievermindering, waardoor u zich fitter, actiever en levenslustiger voelt, en uw humeur zal verbeteren.

We raden u zo snel mogelijk na het ontwaken een sessie lichttherapie aan.

3. Om slaapstoornissen te bestrijden

Sommige slaapstoornissen worden veroorzaakt door een vervroeging of een verlating van de biologische klok. In dit geval brengt lichttherapie een oplossing.

Een vertraagde slaapfase

Hebt u de neiging om te laat in te slapen en hebt u moeite om 's ochtends op te staan? Wij raden u dadelijk na het ontwaken een sessie lichttherapie aan.

Een vervroegde slaapfase

Hebt u moeite om 's avonds wakker te blijven en wordt u te vroeg wakker? Wij raden u een sessie lichttherapie in de late namiddag of de vroege avond aan, twee à drie uur voor het tijdstip waarop u wilt gaan slapen.

4. Om tijdsverschil weg te werken

Het tijdsverschil of «jet lag» is het gevolg van een vlugge overgang naar verschillende tijdzones, meestal per vliegtuig. Het uit zich door een verstoring van de biologische klok: slapeloosheid, slaperigheid, lichamelijke en mentale vermoeidheid, gemoedsstoornissen, concentratiemoeilijkheden... Eenvoudige tips en het gebruik van uw Luminette® kunnen dit aanzienlijk verbeteren.

- Tijdens de vlucht

Regel uw uurwerk op het uur van uw bestemming, drink veel water en beperk het verbruik van alcohol, koffie en thee.

- Bij de aankomst

Indien u naar het oosten reist, en eenmaal ter plaatse, raden wij u aan de eerste dag tijdens de voormiddag het zonlicht te vermijden (door het dragen van een blue blocker bril of hoge UV-bescherming zonnebrillen) en van het namiddaglicht te genieten (of bij gebrek, van uw Luminette®) teneinde het melatoninegehalte laag te houden. Vervroeg uw sessie met twee uur elke dag tijdens de volgende dagen en let erop niet vooruit te lopen op uw gewoon uur van ontwaken.





Indien u naar het westen reist, raden wij u aan wanneer u ter plaatse bent, wakker te blijven zolang het dag is en uw Luminette® in het begin van de namiddag te dragen (tussen 12u00 en 15u00). Maar ga slapen zodra het nacht wordt.

5. Om het werk in ploegendienst te optimaliseren

Als u meer dan drie dagen achter elkaar 's nachts werkt, en u hebt moeite om op uw werk en/of het traject terug naar huis wakker te blijven, dan raden wij u net voordat u uw werk begint een sessie lichttherapie aan, en in geval van slaperigheid, een tweede sessie tijdens de pauze op uw werk.

Uit voorzichtigheid raden wij u aan contact op te nemen met uw arbeidsgeneesheer. Zou u een gepersonaliseerd programma willen? Download de gratis app van Myluminette die in de App Store en de Google Play Store beschikbaar is.



B. Hoelang duurt een sessie lichttherapie?

De aangeraden gebruiksduur hangt af van de lichtintensiteit die het oogt opvangt. Voor uw Luminette® kunt u drie verschillende lichtsterktes selecteren.

De tabel hieronder toont de aanbevolen gebruikstijden van uw Luminette® volgens de gekozen positie.

Positie (bij het inschakelen)	Aangeraden gebruiksduur (in min.)
1	45
2	30
3	20

De gekozen lichtsterkte wordt aangegeven door de 3 lichtintensiteit LED indicaties (zie figuur 1). Wanneer de sessie voorbij is, knippert de bril drie keer en schakelt dan automatisch uit.

C. Hoe vaak moet ik de Luminette gebruiken?

Gebruik de Luminette elke dag op het juiste tijdstip voor de gewenste resultaten.



Wij raden u aan om de Luminette elke dag op dezelfde tijd te gebruiken, behalve als u te maken hebt met jetlag.

D. Wanneer kan ik het effect van de Luminette merken?

Sommige mensen gaan het stimulerende effect merken vanaf het eerste gebruik. Andere gaan het merken binnen 1 tot 2 weken van dagelijks gebruik.

E. Hoe moet ik mijn Luminette® aanzetten? Opladen van de batterij

Alvorens uw Luminette® voor de eerste keer aan te zetten, raden wij u aan de batterij op te laden.

Hier toe:

- sluit u het uiteinde van de Micro USB-kabel aan op de voorziene plaats van uw Luminette® (zie afbeelding 1) en steekt u het andere uiteinde USB Standard in de oplader;
- nu steekt u de oplader in het stopcontact;
- wanneer de batterij helemaal opgeladen is, trekt u de oplader uit het stopcontact (de oplaadtijd is 2 uur).

U kunt uw Luminette® ook opladen door ze met de geleverde USB-kabel aan te sluiten op uw computer.

Aanduidingen bij het opladen:

- Wanneer je Luminette® aan het opladen is, knipperen de 3 LED batterij indicatielampjes traag in een cyclus.
- Wanneer je Luminette® volledig opgeladen is, stoppen deze 3 LED batterij indicatielampjes te knipperen en blijven ze branden.
- Gaat er iets fout (defect van de batterij of het circuit) dan knippert deze LED snel en zonder onderbreking.
- Het apparaat kan tijdens het opladen niet worden gebruikt.

Autonomie van de batterij:

De autonomie hangt af van de gekozen intensiteit. Het Luminette® apparaat moet minstens tien sessies kunnen meegaan.



Wanneer je het apparaat uitzet, lichten 1 à 3 batterij LED indicatielampjes op om je een indicatie te geven van de batterijduur (3 LEDs = maximum; 2 LEDs = de batterij is nog 2/3 opgeladen; 1 LED = de batterij is voor 1/3 opgeladen; 1 knipperende LED = de batterij is onvoldoende opgeladen om een volledige sessie te voltooien).

Wij raden u aan om uw Luminette® op te laden als er bij het stopzetten van het apparaat niet meer dan 1 LED aan is.

F. Aan-en uitzetten

Attentie: Het beschermende laagje op het hologram dient voor het eerste gebruik verwijderd te worden.

Verzeker u ervan dat de batterij goed is opgeladen zodat uw Luminette® de hele duur van het ingestelde programma kan functioneren, dat wil zeggen de sessie van de volledige behandeling.

Druk kort op de toets Aan-Uit om uw Luminette® aan te zetten (zie afbeelding 1).

Druk kort op de toets Aan-Uit om de lichtsterkte te wijzigen. De wijziging gebeurt op kringloopwijze: niveau 1, dan niveau 2, dan niveau 3, dan terug naar niveau 1, enzovoort.

De Luminette® blijft branden gedurende een gedefinieerde periode, knippert drie keer wanneer deze periode verstreken is en schakelt dan automatisch uit.

Om je Luminette® tijdens een sessie uit te schakelen, houd je de aan/uit-knop ingedrukt (gedurende 2 seconden).

G. Hoe zet ik mijn Luminette® op?

Om echt doeltreffend te zijn en voor uw comfort, dient u de Luminette® goed op uw neus te plaatsen.

Zo plaatst u uw Luminette® in de juiste positie:

- Plaats het neusstuk in één van de driegleuven (zie figuur 1). Een "klik" geluid betekent dat je het neusstuk er correct hebt in geplaatst. Om het er terug uit te nemen, dien je er stevig aan te trekken.
- Plaats het soepele deel van de neussteun op de plek tussen de neus en het voorhoofd. De onderkant van de holografische vizier dient zich net boven de ooglijn te bevinden (zie afbeelding 2) als u in de spiegel kijkt. Zorg ervoor dat de blauwe lichtstrip mooi over uw ogen past.

Opgepast, als u een bril draagt dient u de neussteun van uw Luminette® achter de neussteun van uw brilmontuur te plaatsen (zie afbeelding 3).

Bij het starten van de sessie, houdt u uw ogen open. U kunt daarna gewoon doorgaan waarmee u bezig was.

Attentie: om veiligheidsredenen mag uw blik niet direct in de LED's gericht zijn.

Vind de perfecte montage: Luminette past voor iedereen. Als u het toch een beetje losser of strakker wil, plooi dan voorzichtig de slapen naar binnen of naar buiten. Voor een nog betere pasvorm, plaatst u de bijgeleverde witte plastic "oorhaakjes" aan het uiteinde van de slapen.

H. Hoe onderhoud ik mijn Luminette®?

Dit toestel is uitsluitend bedoeld voor persoonlijk gebruik. Berg het toestel na elk gebruik op in de beschermende hoes op een droge plaats.

Om uw Luminette® schoon te maken, kunt u een zachte, met wat schoon water bevochtigde doek nemen.

Bescherm ook het breekbare holografische oogschermbeschermer tegen vingerafdrukken. Komen er toch nog vlekken op ondanks uw voorzorgen, reinigt u eenvoudig met een katoenen doekje.

Elk ernstig incident met Luminette moet worden gemeld aan Lucimed en de bevoegde autoriteiten van uw land.

III. MyLuminetteapp- instructies

A. Installatie van de app

Zoek naar de app "MyLuminette" in de Apple Store of in de Google Play Store. Download de app en installeer het op je smartphone.

B. Profiel aanmaken

Wanneer de app "MyLuminette" hebt geïnstalleerd, wordt je gevraagd om een profiel aan te maken en vul je je gegevens aan.

C. Koppel de app met jouw Luminette



Houde aan/uit-knop van jouw Luminette langer dan 5 seconden ingedrukt omdekoppeling te starten. De 3 LED-lampjes zullen langzaam beginnen te knipperen wanneer de koppelmodus wordt geactiveerd.

Schakel de Bluetooth-functionaliteit op je smartphone in en selecteer Luminette in de lijst met gedetecteerde apparaten. Je Luminette zou nu gekoppeld moeten worden met je smartphone. Je kan nu de app gebruiken en je persoonlijke historiek opvragen.

IV. Garantie en Dienst na verkoop

A. Garantie

Lucimed garandeert de werking van zijn apparaten als ze gebruikt worden overeenkomstig met de gebruikersvoorschriften en geeft een garantie tegen elke fabricagefout. Deze garantie dekt de onderdelen en de arbeidskosten. Is het apparaat defect, dan verzekert Lucimed gratis de herstelling gedurende 2 jaar, te rekenen vanaf de datum van aankoop.

De garantie is enkel geldig op vertoon van een bewijsstuk (garantiekaart, volledig ingevuld en afgestempeld of de aankoopfactuur). De datum van herstelling moet binnen de garantieperiode vallen.

De garantie dekt geen defecten ten gevolge van een ongeluk, ongepast gebruik of nalatigheid, en wanneer er wijzigingen of herstellingen die door onbevoegde personen zijn uitgevoerd.

Deze garantie geeft in geen geval recht op schadevergoeding.

Lucimed verzekert de dienst na verkoop tijdens en na de garantieperiode in alle landen waar het product officieel verdeeld en verkocht wordt.

De gebruiker geniet in ieder geval van de voorwaarden van artikel 1641 en volgende van het Burgerlijk Wetboek betreffende de wettelijke garantie.

Gelieve het serienummer en de aankoopdatum in al uw briefwisselingen te vermelden.

Als u een probleem tegenkomt, kunt u een bezoek brengen aan www.myluminette.com voor assistentie.

Opgepast! Indien u deze gebruiksaanwijzingen verloren bent, kunt u ze steeds raadplegen en downloaden op de website www.myluminette.com.



B. Accessoires

De volgende accessoires zijn bij aankoop beschikbaar:

- Adapter en oplaadkabel (EU): referentie KYTW050100BV-03 of KYT050100BC-05
- Beschermende hoes: referentie CASE02

VI. Milieu

Als het apparaat niet meer werkt, gooi het dan niet weg met het huisvuil, maar breng het naar een recyclagepark. Het apparaat kan gerecycleerd worden. Zo draagt u bij tot de milieubescherming.

De herlaadbare batterij van uw Luminette® bevat schadelijke stoffen voor het milieu. Alvorens het apparaat als elektronische afval weg te gooien, gelieve de batterij eruit te nemen en ze naar het containerpark te brengen. Is het niet mogelijk de batterij te verwijderen, kunt u het apparaat bij uw verkoper afgeven.

Om de oplaadbare batterij eruit te nemen:

- gelieve u ervan te verzekeren dat het apparaat niet meer aangesloten is en de batterij leeg is;
- draait u de 2 schroeven van de brilarmen los met een schroevendraaier;
- verwijdert u de plastic dop van de oplaadbare batterij;
- Ontkoppel de oplaadbare batterij.

V. Technische specificaties

A. Kenmerken van het apparaat

Algemeen	
Handelsmerk	Luminette®
Modelreferentie van het apparaat	Glasses 3
Modelreferentie van de adapter (EU) + kabel	KYTW050100BV-03 ou KYT050100BC-05

Elektrisch	
Nominaal ingangsvoltage van de adapter	100-240V AC
Nominale ingangsfrequentie van de adapter	50-60 Hz
Nominaal uitgangsvoltage van de adapter	5V DC
Nominale uitgangsvermogen van de adapter	5W
Type energievoorziening	
2 Oplaadbarelithium-ion batterij	3.7V 150 mAh
Classificatie	
Gebruiksaanwijzing	Doorgaand
Isolatieklasse apparaat	Interne elektrische bron (batterij)
Isolatieklasse adapter	II
Ingress beschermingscode	IP20
Fysieke kenmerken	
Afmetingen	17 x 16 x 3 cm
Gewicht	51 gr
Lichtintensiteit in positie 1	+ - 500 lux
Lichtintensiteit in positie 2	+ - 1,000 lux
Lichtintensiteit in positie 3	+ - 1,500 lux
Spectrale kenmerken	
Piek 1 Golflengte Bandbreedte	468 nm 70 nm

Piek 2 Golflengte Bandbreedte	570 nm 100 nm
Nominal Spectral irradiance (100% intensity) Maximal Spectral irradiance (100% intensity) Maximal variation of the output	21,8 $\mu\text{W}/\text{cm}^2$ 25,4 $\mu\text{W}/\text{cm}^2$ $\pm 7\%$
Gebruiksomstandigheden	
Temperatuur	5 °C - +40 °C
Relatieve vochtigheid	15 % - 93 %
Bereik atmosferische druk	700 hPa - 1060 hPa
Opslagcondities	
Temperatuur	-25 °C - +70 °C
Relatieve vochtigheid	15 % - 93 %
Verwachte gebruiksduur	
Levensduur apparaat	6 jaar
Levensduur adapter	3 jaar

B. Symbolen

De volgende symbolen kunnen op het apparaat voorkomen:

Symbolen	Beschrijving
	Vervaardigd door: Lucimed SA, Rue le Marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, België Tel. : +32 4 369 48 36

Opslagcondities	
Temperatuur	-25 °C - +70 °C
Relatieve vochtigheid	15 % - 93 %
Verwachte gebruiksduur	
Levensduur apparaat	6 jaar
Levensduur adapter	3 jaar

B. Symbolen

De volgende symbolen kunnen op het apparaat voorkomen:

Symbolen	Beschrijving
	Vervaardigd door: Lucimed SA, Rue le Marais 12a, 4530 Villers-le-Bouillet, België Tel.: +32 4 369 48 36
	Productiedatum
	Serienummer
	Raadpleeg de verstrekte gebruikersgids.
	Dit toestel dient niet verwijderd te worden binnen een standaard afvalprocedure, maar via een ophaaldienst voor verwerking en hergebruik.
	Raadpleeg de verstrekte gebruikersgids zorgvuldig.
	De verpakking van dit apparaat kan verwerkt worden voor hergebruik.
	CE betekent Europese Conformiteitsverklaring.



C. Verantwoordelijkheid van de fabrikant

Als fabrikant nemen wij de verantwoordelijkheid van de veiligheid, de betrouwbaarheid en de werking van het apparaat op, dit enkel wanneer het gebruikt wordt overeenkomstig met de gebruikersaanwijzing en wanneer wijzigingen en herstellingen worden uitgevoerd door personeel dat door ons erkend werd.

Wij verzoeken u om contact op te nemen met de fabrikant als u hulp nodig heeft bij de installatie, het gebruik of het onderhoud van het apparaat, of als u onverwachts een probleem tegenkomt.





