

lumie®

halo™




NED

# Veiligheid

Lees de gebruiksaanwijzing. 

Neem vóór gebruik contact op met uw Lumie-distributeur als het apparaat beschadigd is.

Uit de buurt van water en vocht houden. 

Alleen voor gebruik binnenshuis. 

Het apparaat wordt warm als de lamp is ingeschakeld. Zorg er daarom voor dat het apparaat niet wordt afgedekt.

Gebruik alleen de meegeleverde netvoedingsadapter.

Houd de netvoedingsadapter en de kabel uit de buurt van warme oppervlakken. Als een van deze items beschadigd is, moet het worden vervangen door een goedgekeurd Lumie-product.

Haal de netvoedingsadapter uit het stopcontact om het apparaat uit te schakelen of opnieuw in te stellen. Zorg er dus voor dat het stopcontact goed bereikbaar is.

Alleen bestemd voor gebruik door volwassenen en kinderen ouder dan 7 jaar. Kinderen die de lamp gebruiken, of in de buurt ervan spelen, moeten onder toezicht staan.

Let op: probeer geen enkel onderdeel van het apparaat te repareren of  aan te passen.

Als het apparaat buiten het aanbevolen bedrijfstemperatuurbereik (5 °C tot 35 °C) is bewaard, laat het dan ten minste 1 uur staan voordat u het apparaat inschakelt. Hiermee voorkomt u condensatie of oververhitting van het apparaat.

De lichtbron in deze lichtarmatuur mag uitsluitend worden vervangen door Lumie of een geautoriseerde Lumie-distributeur.

## Elektromagnetische compatibiliteit

Elektrostatistische ontlading kan invloed hebben op de werking van dit product. Als dit voorkomt, schakelt u het apparaat minstens 10 seconden uit. Het apparaat wordt dan opnieuw ingesteld.

## Verwijdering

Gooi de netvoedingsadapter of het apparaat niet weg bij het normale huishoudelijk afval. Breng ze naar een officieel inzamelpunt voor recycling zodat ze op verantwoorde wijze vernietigd kunnen worden. 

## **WAARSCHUWING!**

Neem contact op met uw arts voordat u dit product gebruikt, als één van de volgende zaken op u van toepassing is:

U hebt een reeds bestaand oogprobleem, loopt het risico op leeftijdsgerelateerde macula-degeneratie of heeft een oogoperatie ondergaan;

U bent geadviseerd om fel licht te vermijden of u neemt medicatie die lichtgevoeligheid kan veroorzaken;

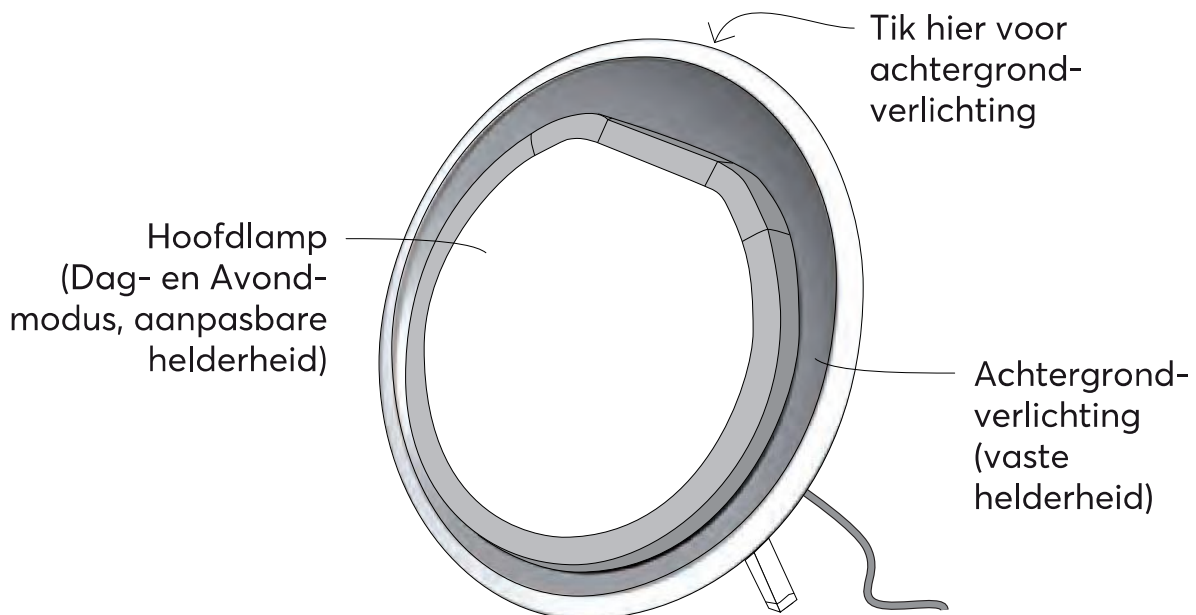
Er is vastgesteld dat u een depressie of andere stemmings-/slaapstoornissen. Dit is vooral belangrijk als u hiervoor ook medicijnen neemt, aangezien lichttherapie uw stemming kan beïnvloeden.

# Inleiding

Lumie Halo is een multifunctionele lichttherapielamp en is ontworpen met het oog op design en om uw welzijn het hele jaar door van 's ochtends tot 's avonds te verbeteren.

De helderheid en kleurtemperatuur van de **hoofdlamp** zijn aanpasbaar van helderwit om u te helpen met de concentratie overdag, tot warmere, rustige kleuren voor ontspanning in de avond.

De **achtergrondverlichting** bootst een natuurlijke zonsondergang en zonsopgang na. Hiermee zorgt u voor uw perfecte sfeerverlichting.



## Hoofdlamp in de Dagmodus

In de Dagmodus worden zowel de warme witte als koele witte leds gebruikt, zodat u de kleurtemperatuur en helderheid naar wens kunt aanpassen. Bij maximale helderheid levert Halo 10 000 lux op 20 cm. Het bootst hiermee het natuurlijke licht van de lentezon na.

Kies de Dagmodus als u zich energieker wilt voelen, uw humeur een opkikker wilt geven, uw alertheid en prestaties te verhogen of om de symptomen van winterdepressie te helpen behandelen.

Aanpasbare helderheid

Aanpasbare kleurtemperatuur: ca. 3000 K tot 5000 K

## Hoofdlampje in de Avondmodus

In de Avondmodus worden alleen warme witte leds met een lagere kleurtemperatuur gebruikt, voor een natuurlijkere sfeer na zonsondergang. Zelfs bij volledige helderheid straalt Halo in de Avondmodus weinig blauw licht uit, zodat het niet stimulerend is. Hierdoor is de Halo is ideaal voor als u wilt lezen, vrienden over de vloer hebt of gewoon wilt ontspannen voor het slapengaan.

Aanpasbare helderheid

Vaste kleurtemperatuur: ca. 3000 K

## Achtergrondverlichting

De achtergrondverlichting biedt aanvullende opties voor sfeerverlichting en kan op zichzelf of in aanvulling op de hoofdverlichting worden gebruikt. Warmere leds schijnen op de koperen reflector om voor een zachte gloed rond de hoofdlamp te zorgen.

Vaste helderheid

Vaste kleurtemperatuur: ca. 2700 K

Lees deze instructies zorgvuldig door om alles uit Lumie Halo te halen.

## In de doos

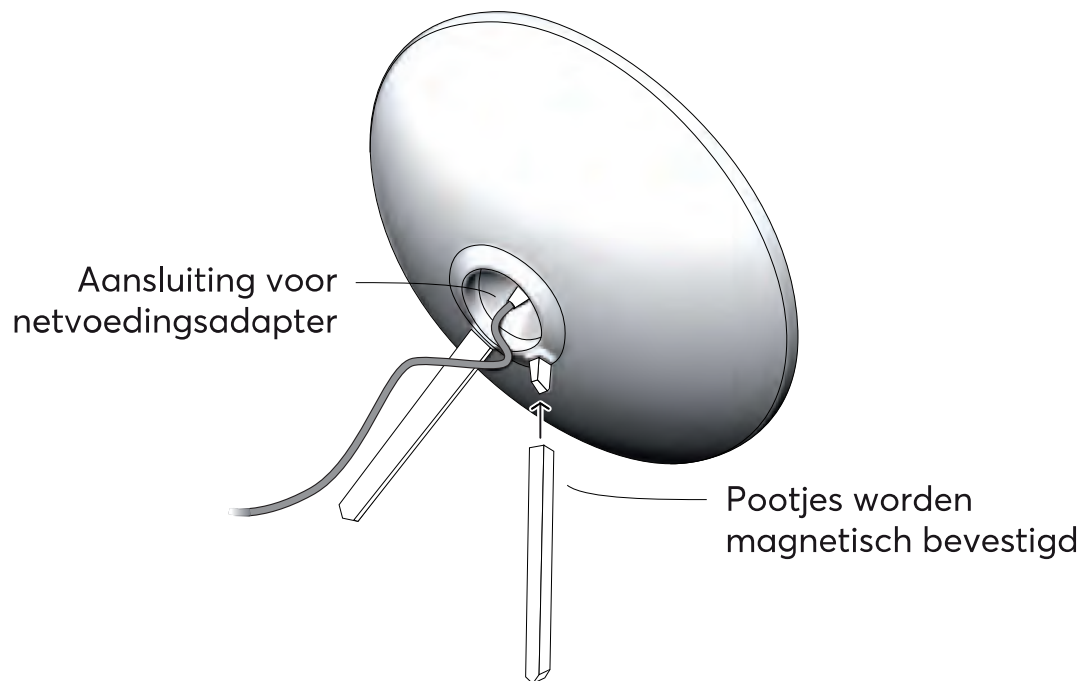
Lumie Halo wordt geleverd met twee koperen pootjes.

- Schuif de pootjes op de twee stutjes aan de achterkant van het apparaat.

De pootjes zijn magnetische bevestigd en hebben enige speling zodat ze het apparaat op natuurlijke wijze kunnen ondersteunen als u het neerzet.

Zorg dat u de pootjes niet verliest wanneer u het geassembleerde apparaat optilt.

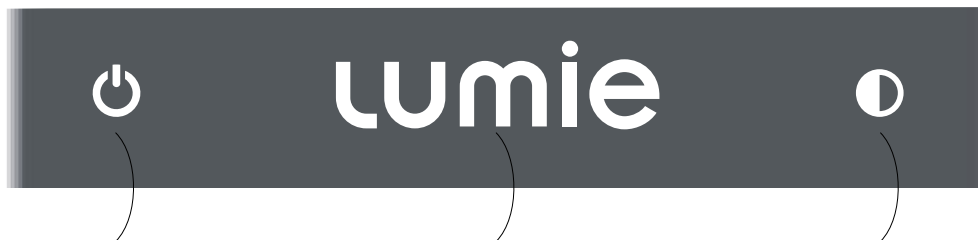
Trek stevig aan de pootjes om ze te verwijderen.



- Sluit de netvoedingsadapter aan op de aansluiting aan de achterkant van het apparaat.
- Sluit het apparaat op de netvoeding aan.
- Plaats Lumie Halo op een vlakke ondergrond.

# Verlichtingsbediening

De Dag- en Avondmodi van de hoofdlamp worden bediend door de touch-interface:



Schakelt de Dagmodus in en schakelt de hoofdlamp uit

Aanraken en schuiven om de helderheid aan te passen

Schakelt de Avondmodus in en schakelt tussen de Avond- en Dagmodus

## De Dagmodus gebruiken

- Raak  aan.

De Dagmodus biedt verschillende kleurtemperaturen en helderheidsniveaus die u gedurende de dag naar wens kunt aanpassen. Bij maximale helderheid is het koele witte licht ideaal voor lichttherapie.

- Raak  aan om uit te schakelen.

## De Avondmodus gebruiken

- Raak  aan.

De Avondmodus straalt warmer en minder stimulerend licht uit dat weinig blauw licht bevat. Hierdoor is deze ideaal voor gebruik later op de dag of vlak voor



het slapengaan. De maximale helderheid wordt ook verlaagd.

- Raak  aan om uit te schakelen.

## Schakelen tussen de Avond- en de Dagmodus

- Raak  aan.

 wordt verlicht in de Avondmodus en het licht zal geler zijn.

## De helderheid aanpassen

- Aanraken en over **lumie** schuiven.

De letters worden van links naar rechts verlicht om de toenemende helderheid aan te geven.

In de Dagmodus wordt hiermee ook de kleurtemperatuur aangepast.

## De achtergrondverlichting gebruiken

- Tik op de bovenkant van de lamp om de achtergrondverlichting in te schakelen.

De achtergrondverlichting is een lamp met vaste helderheid voor sfeerverlichting. De achtergrondverlichting kan aan staan met of zonder hoofdverlichting.

- Tik op de bovenkant van de lamp om uit te schakelen.

# Dagmodus voor lichttherapie

Zonlicht geeft uw humeur op een natuurlijke manier een boost. Het heeft werking op uw lichaam (zoals uw melatonine- en serotonineniveaus), waardoor u zich energiever en positiever voelt. Lumie Halo is de beste keus als u niet genoeg aan daglicht wordt blootgesteld. Bovendien kunt u het het hele jaar door gebruiken.

- Zorg dat de hoofdverlichting in de Dagmodus en op maximale helderheid staat.
- Plaats Halo op armlengte (ongeveer 50 cm) en zorg dat het licht naar uw gezicht toe schijnt.

U hoeft er niet direct naar te staren, maar het licht moet uw ogen wel bereiken om effectief te zijn. Dit betekent dat u Halo kunt gebruiken wanneer u op uw laptop werkt, uw lunch eet, tv kijkt, leest, enz.

## Hoe vaak?

### Voor uw welzijn

Wanneer u binnen bent, gebruikt u Halo in de Dagmodus om zonlicht na te bootsen. Een lichtsessie werkt snel en natuurlijk om uw humeur, energieniveau, concentratie en prestaties te verbeteren. Dagelijks gebruik kan zelfs een regelmatig slaappatroon bevorderen.

**Voor winterdepressie**

Let op vroege symptomen van winterdepressie rond september/oktober. Begin Halo in de Dagmodus te gebruiken als u merkt dat u zich vermoeider, angstiger of geïrriteerder begint te voelen. Als de lente aanbreekt, kunt u uw lichtsessies verminderen. Als de symptomen terugkomen, gebruikt u Halo gewoon weer een aantal dagen.

Acta Psychiatry Scand. 2001 Apr: 103(4):267-7 4.

**Wanneer?**

Als u Halo gebruikt om winterdepressie te verlichten, is fel licht in de ochtend het meest effectief. Probeer dat dus eerst. Voor sommige mensen werkt een lichtsessie in de vroegere avond goed.

**Ik vind het moeilijk om 's morgens met mijn dag te beginnen**

Schakel Halo zo snel mogelijk in de Dagmodus in. Als u 's morgens niet veel tijd heeft, doet u best een aanvullende of volledige sessie in de middag.

**Ik ben moe of val te vroeg in slaap**

Gebruik Halo in de Dagmodus in de late middag/vroege avond. Het is raadzaam om fel licht vlak voor het slapengaan (drie uur vantevoren) te vermijden, omdat dit ervoor kan zorgen dat u niet goed in slaap kan komen.

## Hoe lang?

U haalt in de Dagmodus het meeste uit het licht op volledige helderheid, dus plaats Halo op armlengte (ca. 50 cm) en begin met 30 minuten.

Misschien vindt u dit genoeg, maar als u er niet veel van merkt kunt u het iedere dag wat verhogen totdat u iets vindt dat voor u werkt.

Afstand (cm)	Licht ontvangen (lux)	Typische blootstelling (minuten)
20	10 000	30
32	5 000	30–60
50	2 500	60–120

Als u het prettiger vindt Halo verder weg te plaatsen, dan zal minder licht uw ogen bereiken en zult u het langer moeten gebruiken.

En als u de Dagmodus gebruikt met verminderde helderheid, zal ook minder licht uw ogen bereiken en moet u het langer gebruiken.

Het kan geen kwaad om het licht langer te gebruiken dan hier aangeraden. U kunt uw lichttherapiesessie in één keer doen of Halo op verschillende momenten gedurende de dag gebruiken voor een cumulatief effect.

Gebruik de Dagmodus niet met volledige helderheid vlak voor het slapengaan. Verminder de helderheid, of beter nog, schakel over naar de Avondmodus. Deze heeft minder stimulerende kleuren.

Als u merkt dat uw ogen wat pijn beginnen te doen, probeer het dan verder weg te plaatsen, de helderheid te verminderen of het apparaat een tijdje uit te schakelen.

Of u Lumie Halo nu gebruikt voor winterdepressie of voor algemeen welzijn, als u eenmaal een patroon hebt gevonden dat bij u past, probeer het dan elke dag rond dezelfde tijd te gebruiken.

## Onderhoud

Alleen reinigen met een droge of licht vochtige doek. Trek altijd eerst de stekker uit het stopcontact en laat het apparaat indien nodig afkoelen.

Netvoedingsadapters ter vervanging zijn verkrijgbaar bij Lumie.

### **Levensduur van de leds**

De leds in dit product hebben gewoonlijk een levensduur van 30 000 uur. Hoewel het onwaarschijnlijk is, kunnen sommige leds al eerder defect raken. Het verschil in lichtvermogen is verwaarloosbaar. Nu kunt u het product weer gebruiken.

## Garantie

Dit apparaat heeft een garantie van 3 jaar vanaf de aankoopdatum op fabricagefouten. Dit is een aanvulling op uw wettelijke rechten. Gebruik, indien mogelijk, de originele verpakking (inclusief binnenverpakking) als u het product terug moet sturen voor onderhoud. Zorg dat de netvoedingsadapter onderweg niet kan bewegen en het apparaat beschadigt. Als het apparaat beschadigd aankomt, door onjuist gebruik of onbedoelde schade, kunnen we een bedrag in rekening brengen om het te repareren. In dat geval nemen we eerst contact met u op. Neem

contact op met uw Lumie-distributeur voor meer informatie.

SN Serienummer (zie onderkant van het apparaat)

## Technische beschrijving

Kan zonder kennisgeving worden gewijzigd.

### Lumie Halo

Verwijderbaar accessoire: Netvoedingsadapter  
(meegeleverd)

Ingangsvermogen: 100–240 Vac, 50/60 Hz, 0,85 A max.;

Uitgangsvermogen: 19 V  $\Rightarrow$  1,6 A (30,4 W)

Bedrijfsomstandigheden:

Temperatuur: 5 °C tot 35 °C

Relatieve vochtigheid: 15% tot 93% (zonder condensatie)

Atmosferische druk: 70 kPa tot 106 kPa

Opslag- en transportomstandigheden:

Temperatuur: -25 °C tot +70 °C

Relatieve vochtigheid: 15% tot 93% (zonder condensatie)

Atmosferische druk: 25 kPa tot 106 kPa



## Contact

Stuur een e-mail naar [info@lumie.com](mailto:info@lumie.com) als u suggesties heeft die ons kunnen helpen onze producten of service te verbeteren, of als u problemen ondervindt waarvan we op de hoogte moeten zijn.

 Outside In (Cambridge) Limited, 3 The Links,  
Trafalgar Way, Bar Hill, Cambridge, CB23 8UD, UK.

Lumie is een geregistreerd handelsmerk van:  
Outside In (Cambridge) Limited, geregistreerd in  
Engeland en Wales.

Registratienummer: 2647359. Btw-nummer: GB 880 9837 71.





## DISTRIBUTOR DETAILS:

Lumie is a registered trademark of:

Outside In (Cambridge) Ltd  
3 The Links, Trafalgar Way  
Bar Hill  
Cambridge CB23 8UD  
UK

© Lumie 2020  
Hi2009draft

