

1.0 Introduction

Say goodbye to your winter blues! Designed to mimic the effects of daylight, the BIOS Therapy Light provides up to 10,000 LUX of white LED light. Perfect for those who experience low energy levels, seasonal affective disorder (SAD), and general fatigue.

1.1 Features

- Visual Timer
- 100% UV Free
- Light Intensity Dimmer
- Power Adapter Included

1.2 Safety Information

Please read these instructions carefully before use and save it for future reference.

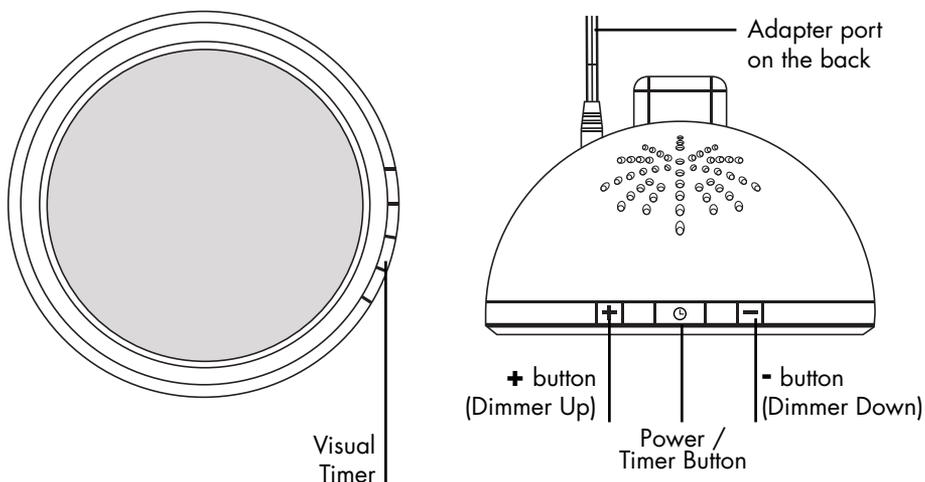
- Use this appliance for its intended household use only.
- The Therapy Light should not be used on any individual under the age of 10 years old.
- Close supervision is necessary when this unit is in use by children over the age of 10 years old.
- **Consult your doctor** before you start using the Therapy Light if:
 - you are using medication such as pain relievers, antihypertensive or antidepressant drugs;
 - you have an eye disease such as cataracts, glaucoma, disease of the optic nerve, retinal disease, or in general any inflammation of the vitreous humour;
 - you have diabetes;
 - you suffer or have suffered from severe depression.
- **Not following** the minimum distance and usage duration outlined in the below instructions may result in the following side effects:
 - Headache
 - Eye strain
 - Nausea
- Keep the unit away from any water sources.
- **Do not** use the unit outside.
- **Do not** use if there is visible damage to the packaging or the Therapy Light.
- Make sure the Therapy Light is cool before storing the unit away.
- **Do not** cover the unit while in use. The unit does warm up.

- This is **not** a general illumination light and is not to be used as such.
- Batteries and electronic instruments must be disposed of in accordance with the locally applicable regulations, not with domestic waste.

1.3 Care of the Device

- Clean the device with a soft, dry cloth. Do not use gas, thinners or similar solvents. Do not submerge in water.
- **Do not** drop or bang the unit. Prevent sudden jerks, jars or shocks to the device to prevent damage.
- **Do not** disassemble the unit.
- If the unit has been stored at very low or freezing temperatures, allow to reach room temperature before using it.
- **Do not** store the unit in direct sunlight extreme temperatures, high humidity, or in places with a lot of dust.
- **Do not** open the therapy light. This will void the warranty.

2.0 About the Therapy Light



3.0 Setting up the Therapy Light

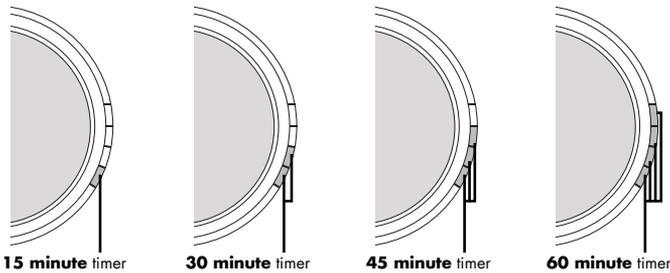
This section describes how to get the maximum benefit from your Therapy Light

Important: When you turn on the unit for the first time, the Therapy Light will be on the highest light intensity, do not look directly into the Therapy Light.

1. Plug the adapter into the AC/DC outlet on the back of the unit.
2. Press the  button to turn the unit on.
3. Press the  button again to turn on the **15 minute** timer and one light will light up.
4. Press the  button again to turn on the **30 minute** timer and the second light.
5. Press the  button again to turn on the **45 minute** timer and the third light.

6. Press the **⏸** button again to turn on the **60 minute** timer and the fourth and final light.

Please note: the set of lights on the right side of the Therapy Light is the visual timer so you know how long the unit will stay on for.



7. When the unit is on, you can press the **+** or **-** buttons to change the light intensity. When the unit is turned off and turned back on with the **⏸** button and the adapter is not unplugged, the last level of intensity you selected is still stored. There are 10 levels of intensity to choose from. If the unit is unplugged the light intensity will reset to the highest level.
8. To turn the Therapy Light off, press and hold the **⏸** button for 5 seconds and the unit will turn off.

3.1 Using the Therapy Light

When using the Therapy Light, you are to maintain a distance of 10 – 60 cm / 3.9” – 23.6” between your face and the light. The closer you are to the light the less time you should use it. The duration of the application depends on the distance. Please see the chart below:

Minimum Distance	Recommended Duration Per Day
10 cm / 3.9”	15 minutes
20 cm / 7.9”	30 minutes
40 cm / 15.7”	1 hour
60 cm / 23.6”	2 hours

4.0 Technical Specifications

Dimensions (W x H x D):	15.5 x 12.9 x 13.6 cm / 6.1” x 5.1” x 5.4”
Weight:	0.66 lbs / 0.3kg
Lighting elements:	LED Full Spectrum Bright White
Light intensity:	10,000 LUX at 10 cm (on highest intensity level)
Operating environment:	0°C to 35°C / 32°F to 95°F
Storage temperature:	-20°C to 50°C / -4°F to 122°F
Storage humidity:	15% to 90%
Adapter:	AC 100 – 240V, 50/60Hz

Reference to standards:

European Directive 93/42/EEC and 2007/47/EEC
European Standard EN60601-1-2

5.0 3 Year Warranty

BIOS Living Therapy Light has a 3 year warranty to be free of manufacturing defects for the life of the original owner. The warranty does not cover damage from misuse or tampering.

100% Satisfaction Guarantee

If at any time, you are not completely satisfied with the performance of this device, call our BIOS Medical Hotline and speak with a customer service representative, who will make arrangements to have the device repaired or replaced to your full satisfaction.

Should repair be necessary, return the unit with all component pieces. Enclose proof of purchase and \$5.00 for return shipping and insurance. Ship the unit prepaid and insured (at owners option) to:

Thermor Ltd.
Repair Department
16975 Leslie Street
Newmarket, ON L3Y 9A1
www.biosmedical.com

Email: support@biosmedical.com

Please include your name, return address, phone number, and email address. Thermor will repair or replace (at Thermor's option) free of charge any parts necessary to correct the defect in material or workmanship.

Please allow 10 days for repair and return shipping.



Read the instruction manual carefully before using this device, especially the safety instructions, and keep the instruction manual for future use.



Batteries and electronic devices must be disposed of in accordance with the locally applicable regulations, not with domestic waste.

1.0 Introduction

Dites adieu aux blues de l'hiver! Conçue pour reproduire les effets de la lumière du jour, la lampe de luminothérapie BIOS fournit 10 000 lux de lumière DEL blanche. Elle est parfaite pour les personnes qui connaissent des périodes de manque d'énergie, de dépression, de troubles affectifs saisonniers et de fatigue généralisée.

1.1 Caractéristiques

- Minuteur visuel
- 100 % sans UV
- Gradateur d'intensité de lumière
- Adaptateur de courant inclus

1.2 Consignes de sécurité

Veillez lire attentivement ces directives avant d'utiliser votre lampe de luminothérapie et conservez-les pour référence ultérieure.

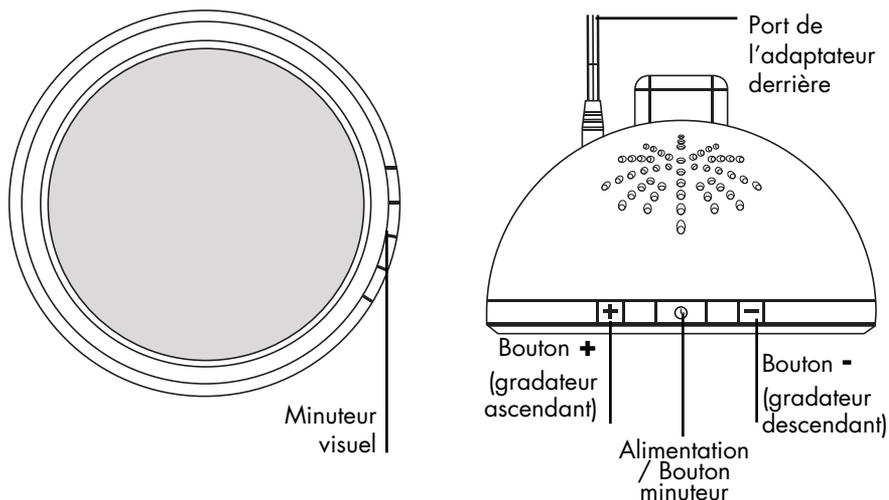
- Utiliser cet appareil pour son usage domestique prévu uniquement.
- La lampe de luminothérapie ne devrait pas être utilisée par des enfants âgés de moins de 10 ans.
- Une surveillance proche est pertinente lorsque cet appareil est utilisé par des enfants âgés de plus de 10 ans.
- **Consulter votre médecin** avant d'utiliser cette lampe de luminothérapie si :
 - Vous prenez des médicaments tels que des analgésiques, des antihypertenseurs ou antidépresseurs;
 - Si vous souffrez de maladies oculaires telles que cataractes, glaucome, maladie du nerf optique ou une inflammation générale quelconque de l'humeur vitrée;
 - Si vous souffrez de diabète;
 - Si vous souffrez ou avez souffert d'une dépression grave.
- **Le fait de ne pas suivre** la distance minimale et la durée de l'utilisation décrites dans le mode d'emploi ci-dessous peut entraîner les effets secondaires suivants :
 - Maux de tête
 - Asthénopie
 - Nausées
- Tenir l'appareil loin de sources d'eau quelconques
- **Ne pas utiliser** cet appareil à l'extérieur.
- **Ne pas utiliser** si vous voyez que l'emballage ou la lampe de luminothérapie a subi des dommages.
- Laisser la lampe de luminothérapie refroidir avant de la ranger.

- **Ne pas couvrir** l'appareil lors de l'utilisation. L'appareil chauffe.
- Cette lampe **n'est pas** une lampe d'éclairage ordinaire et elle ne doit pas être utilisée comme telle.
- Les piles et les instruments électroniques doivent être jetés selon la réglementation applicable à votre localité, non pas avec les déchets domestiques.

1.3 Entretien de votre appareil

- Nettoyez l'appareil avec un linge sec et doux. Ne pas utiliser d'essence, diluant ou solvant. Ne pas submerger la lampe dans l'eau.
- **Ne pas** laisser tomber ou cogner l'appareil. Prévenir saccades, secousses ou chocs à l'appareil pour prévenir les dommages.
- **Ne pas** désassembler l'appareil.
- Si l'appareil a été rangé à des températures très basses ou de congélation, laissez-la reposer à la température ambiante avant de l'utiliser.
- **Ne pas** ranger cet appareil dans des températures extrêmes à la lumière solaire directe, humidité élevée ou dans des endroits très poussiéreux.
- **Ne pas** ouvrir la lampe de luminothérapie. Cela annulerait la garantie.

2.0 À propos de la lampe de luminothérapie



3.0 Réglage de la lampe de luminothérapie

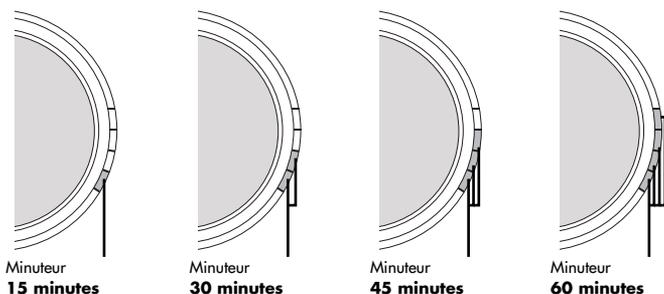
Cette section décrit comment obtenir les bienfaits optimaux de votre lampe de luminothérapie.

Important : Lorsque vous allumez la lampe de luminothérapie la première fois, elle sera à sa plus haute intensité, ne regardez pas directement la lampe de luminothérapie.

1. Branchez l'adaptateur dans la sortie c.a.-c.c. derrière l'appareil.
2. Appuyez sur le bouton ⊖ pour allumer l'appareil.
3. Appuyez de nouveau sur le bouton ⊖ pour activer le minuteur **15 minutes** et une lumière s'allumera.

4. Appuyez de nouveau sur le bouton \ominus pour activer le minuteur **30 minutes** et une deuxième lumière s'allumera.
5. Appuyez de nouveau sur le bouton \ominus pour activer le minuteur **45 minutes** et une troisième lumière s'allumera.
6. Appuyez de nouveau sur le bouton \ominus pour activer le minuteur **60 minutes** et une quatrième et dernière lumière s'allumera.

Veillez noter : Le jeu de lumières sur le côté droit de la lampe de luminothérapie est le minuteur visuel, donc vous connaissez la durée de la source lumineuse.



7. Lorsque la lampe est allumée, vous pouvez appuyer sur les boutons **+** ou **-** pour changer l'intensité de lumière. Quand l'appareil est fermé puis allumé de nouveau avec le bouton \ominus et que l'adaptateur n'a pas été débranché, le dernier niveau d'intensité choisi est encore enregistré. Il y a 10 niveaux d'intensité à choisir. Si l'appareil est débranché, l'intensité de lumière se réinitialisera à son niveau d'intensité le plus élevé.
8. Pour fermer la lampe de luminothérapie, appuyez et tenez enfoncé le bouton \ominus pendant 5 secondes et l'appareil se fermera.

3.1 Utilisation de la lampe de luminothérapie

Lorsque vous utilisez la lampe de luminothérapie, vous devez maintenir une distance entre 10 et 60 cm / 3,9 po et 23,6 cm entre votre visage et la lampe. Plus vous êtes proche de la lampe, plus vous devez diminuer la durée d'utilisation. La durée de l'application dépend de la distance. Référez-vous au tableau suivant :

Distance minimale	Durée recommandée par jour
10 cm / 3,9 po	15 minutes
20 cm / 7,9 po	30 minutes
40 cm / 15,7 po	1 heure
60 cm / 23,6 po	2 heures

4.0 Spécifications techniques

Dimensions (l x H x D) :	15,5 x 12,9 x 13,6 cm / 9,1 x 5,1 x 5,4 po
Poids :	0,66 lb / 0,3 kg
Éléments éclairants :	DEL blanche vive à spectre continu
Intensité lumineuse :	10 000 lux à 10 cm (sur le niveau d'intensité maximal)

Environnement opérationnel :	0 °C à 35 °C / 32 °F à 95 °F
Température de stockage :	-20 °C à 50 °C / -4 °F à 122 °F
Humidité de stockage :	15 % à 90 %
Adaptateur :	CA 100-240 V, 50/60 Hz
Référence aux normes :	Directive européenne 93/42/CEE et 2007/47/CEE Norme européenne NE60601-1-2

5.0 Garantie de 3 ans

La lampe de luminothérapie de BIOS Living est garantie 3 ans contre les vices de fabrication pour la vie du propriétaire d'origine. La garantie de couvre pas les dommages causés par un mauvais usage ou altérations.

Garantie de satisfaction à 100 %

Si en tout temps vous n'êtes pas entièrement satisfait du rendement de cet appareil, appelez notre ligne d'assistance BIOS Medical et parlez à une personne du service à la clientèle qui prendra les dispositions nécessaires pour que votre dispositif soit réparé ou remplacé à votre entière satisfaction.

Si une réparation est nécessaire, retournez l'unité avec toutes ses pièces. Veuillez inclure la preuve d'achat ainsi que 5,00 \$ pour le retour postal et l'assurance. Expédiez l'unité prépayée et assurée (au choix du propriétaire) à :

Thermor Ltd.
Repair Department
16975 Leslie Street
Newmarket, ON L3Y 9A1
www.biosmedical.com

Courriel : support@biosmedical.com

Veillez inclure vos nom et prénom, adresse de retour, numéro de téléphone et adresse électronique. Thermor remplacera ou réparera (selon l'option de Thermor) sans frais, toutes pièces nécessaires pour corriger le défaut de matériel ou de fabrication.

Veillez allouer 10 jours pour la réparation et le retour d'expédition.



Lire le mode d'emploi attentivement avant d'utiliser cet appareil, surtout les consignes de sécurité, et le conserver pour un usage ultérieur.



Les piles et les appareils électroniques doivent être jetés selon la réglementation applicable à votre localité, nos pas avec les déchets domestiques.