AYO

AYO+

HANDLEIDING EN VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

Wij helpen je graag

Hartelijk dank voor het bestellen van de AYO+ daglichtbril. In deze handleiding helpen we je graag op weg door de belangrijkste informatie op een rij te zetten. Daarnaast vind je de veiligheidsinstructies achterin deze handleiding.

Als je vragen hebt, kun je altijd contact opnemen via info@goayo.nl. Vermeld hierbij s.v.p. het ordernummer. Wij doen ons uiterste best om je zo snel mogelijk te helpen.

Aandachtspunten (belangrijk om te lezen)

Hieronder vind je een aantal adviezen/aandachtspunten die we bewust een plek hebben gegeven aan het begin van de handleiding. We willen je vriendelijk vragen om ze goed door te lezen om eventuele misverstanden of problemen te voorkomen.

- Voor het gebruik van rood licht en andere extra functies van de AYO+ (zoals het instellen van sessieduur en lichtintensiteit) is een Bluetooth-verbinding met de app nodig. De instructies hiervoor vind je in deze handleiding.
- Gebruik voor het opladen het originele (meegeleverde) kabeltje.
- Gebruik jouw AYO+ met voldoende omgevingslicht. Hierdoor is het licht veel minder fel/intens.
- Het opladen duurt ongeveer 3 uur. Hierna gaat het blauwe ledje vanzelf uit.
- Opladen dient te gebeuren met gesloten brillenpootjes (rechterpootje eerst).
- Als de AYO+ rood gaat knipperen, betekent dit dat de batterij bijna leeg is.
- Je kan ongeveer 120 tot 140 minuten sessies voltooien met een volledig opgeladen batterij.
- Bij het langdurig niet gebruiken van de AYO+ adviseren wij om de bril ongeveer eens per maand op te laden. Dit komt de prestaties en de levensduur van de batterij ten goede.

AYO-app: extra inzichten, begeleiding en advies

Je kunt jouw AYO+ via Bluetooth koppelen aan de AYO-app. Hierdoor kun je binnen de app bijvoorbeeld de sessieduur en lichtintensiteit veranderen en de rood licht functie activeren. Daarnaast geeft de AYO-app inzicht in je bioritme en (extra) adviezen en begeleiding om de door jou gewenste doelen te bereiken.

Onbeperkte toegang tot de AYO-app is inbegrepen bij jouw AYO+ daglichtbril. Door de QR-code hieronder te scannen kom je op een webpagina* terecht waarin wij in een aantal eenvoudige stappen uitleggen hoe je de app kunt installeren en jouw AYO+ kunt koppelen.

* Het gedeelte over het installeren van de app en het koppelen van de AYO+ daglichtbril is bewust digitaal, omdat er soms dingen veranderen in de werkwijze. Dit kunnen we online natuurlijk snel aanpassen.

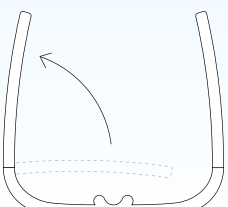
Vragen?

Als het niet lukt om de app te installeren en/of de AYO+ via Bluetooth te koppelen, dan kun je uiteraard contact opnemen via info@goayo.nl. Wij helpen je zo snel en goed mogelijk.

Gebruiksaanwijzing AYO+

STAP 1

Open de pootjes van de AYO+.
Er gaat automatisch een sessie van
20 minuten van start.



STAP 2

Zet de AYO+ op je hoofd. Je kan de siliconen neus-vleugels eventueel buigen voor een betere pasvorm.

✕ Te hoog

Het licht kan je ogen niet voldoende bereiken.

✓ Perfect

De AYO+ zit comfortabel en het licht bereikt je ogen optimaal.

✕ Te laag

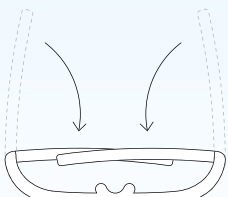
De AYO+ blokkeert het zicht.

Aandachtspunten

- **De AYO+ kan gecombineerd worden met een gewone bril. Je kan de siliconen neusvleugels buigen zodat de daglichtbril op het montuur kan rusten.**
- **Wij adviseren om de AYO+ te gebruiken met voldoende omgevingslicht. In een donkere omgeving kan het licht relatief fel zijn.**
- **Het is van belang de ogen open te hebben tijdens een AYO-sessie. Uiteraard mag je wel gewoon knipperen :)**

STAP 3

De licht-sessie beëindigen.



Na de sessie gaat het licht van de AYO+ automatisch uit. Je hoeft zelf de tijd dus niet in de gaten te houden. Je kan vervolgens de pootjes sluiten (rechterpootje eerst) om de AYO+ op te bergen.

STAP 4

De AYO+ opbergen

Na afloop van de licht-sessie kun je jouw AYO+ veilig opbergen in de meegeleverde case.

Gebruiksadviezen per doel

De AYO+ is ontwikkeld om op een eenvoudige en comfortabele manier te gebruiken als onderdeel van je dagelijkse routine. Over het algemeen is de ochtend een geschikt moment om de bril te dragen, bijvoorbeeld tijdens het ontbijt of tijdens het uitvoeren van lichte werkzaamheden. Veel mensen vinden het prettig om de bril op te zetten terwijl ze al bezig zijn met hun dag, zodat het gebruik moeiteloos in hun ritme past.

Een tweede sessie later op de dag – bijvoorbeeld in de loop van de middag – is mogelijk wanneer dat goed voelt. We adviseren om de AYO+ niet meer dan drie keer per dag te gebruiken.

Iedere persoon heeft een eigen dagindeling en leefstijl. Het kan daarom nuttig zijn om te experimenteren met verschillende momenten van gebruik, om te ontdekken wat voor jou het meest prettig en praktisch is. Gebruik de AYO+ in elk geval niet voor het slapengaan of voor de gewenste tijd van ontwaken.

Daarnaast beschikt de AYO+ over een roodlichtfunctie die kan worden gebruikt in de avond. Deze stand is ontworpen om een ontspannen overgang van dag naar nacht te ondersteunen en kan prettig zijn tijdens rustige momenten, zoals lezen of ontspannen voor het slapengaan.

Vanwege regelgeving mogen we onze gebruiksadviezen alleen in algemene zin formuleren. Heb je specifieke vragen over het gebruik of wil je persoonlijk advies, dan kun je uiteraard altijd contact opnemen met ons team.

Aanpassen voorkeuren in de AYO-app

In de AYO-app heb je de mogelijkheid om jouw licht-sessie af te stemmen op je persoonlijke voorkeuren. Het is hierbij uiteraard wel van belang dat de AYO+ via Bluetooth gekoppeld is met de app (zie eerdere instructies handleiding).

Aanpassen sessieduur/lichtintensiteit en activeren rood licht functie

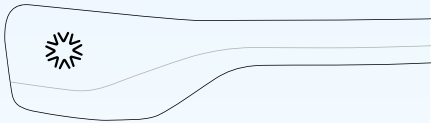
Als de AYO+ geopend en verbonden is met de app, kun je de sessieduur en lichtintensiteit aanpassen via de bovenkant van het startscherm van de AYO-app. Via dit menu kun je ook de functie met rood licht (670nm) activeren.

Goed om te weten: de AYO+ onthoudt jouw voorkeuren. Als je bijvoorbeeld hebt gekozen voor een licht-sessie van 40 minuten met gemiddelde intensiteit en een rood licht sessie na afloop, dan zal dit vanzelf weer van start gaan als je de pootjes van de AYO+ opent voor een nieuwe sessie. Je hebt de AYO-app dus niet continu nodig.

De AYO+ opladen

Als de daglichtbril rood gaat knipperen, is het tijd om op te laden:

- Sluit de pootjes van de AYO+ (rechterpootje eerst).
- Bevestig het meegeleverde kabeltje in het pootje van de daglichtbril, waarbij deze goed vastklikt.
- Verbind het andere uiteinde van het kabeltje met het stroomnetwerk. Je kan hiervoor elke USB-stekker (bijvoorbeeld van je smartphone) gebruiken. Opladen kan ook via de USB-poort van een computer of laptop.
- Het blauwe indicator-lampje op het pootje van de AYO+ gaat blauw branden. Als deze weer uitgaat, is het opladen voltooid. Dit duurt ongeveer 3 uur.
- Je kunt jouw AYO+ weer ongeveer 120 - 140 minuten gebruiken.



Aandachtspunten

- **In de AYO-app kun je het batterijniveau van de AYO+ vinden. Klik hiervoor in het homescherm op het tandwieltje (rechtsboven) en scroll vervolgens naar het AYO+ gedeelte.**
- **Bij het langdurig niet gebruiken van de AYO+ - bijvoorbeeld tijdens de lente en zomer - adviseren wij om de bril ongeveer eens per maand op te laden. Dit komt de prestaties en de levensduur van de batterij ten goede.**

Het ontwikkelen van een nieuwe AYO-gewoonte: 3 tips

Veel gebruikers vinden het prettig om de AYO+ regelmatig te gebruiken als onderdeel van hun dagelijkse routine. Het kan even duren voordat je gewend bent aan het gebruik, dus geef jezelf de tijd om er een vaste gewoonte van te maken.

Om je daarbij te helpen, delen we hieronder drie praktische tips uit het boek Elementaire gewoontes van James Clear:

- **Er zijn handige apps waarmee je een checklist bij kan houden.** Elke keer dat je een licht-sessie hebt voltooid, zet je een vinkje. Ook andere goede gewoontes kun je een plek geven in de checklist. En we kunnen je alvast beloven: afvinken voelt goed!
- **Leg de AYO+ op een zichtbare plek.** Hierdoor blijft het toepassen van AYO 'top of mind'.
- **Combineer het starten van een AYO-sessie met een gewoonte die je al hebt.** Denk bijvoorbeeld aan tandenpoetsen. Door een nieuwe gewoonte te koppelen aan een oude, maak je het makkelijker voor jezelf.

Veiligheidsinstructies en productspecificaties

Zorg ervoor dat u de volgende informatie hieronder leest, voordat u uw AYO-apparaat gebruikt:

Ga naar www.goayo.nl om onze gebruiksvoorwaarden, privacybeleid en cookiebeleid te lezen.

Ga naar www.goayo.nl om ons retour- en garantiebeleid te lezen.

VEILIGHEIDSINSTRUCTIE

LEES ALLE INSTRUCTIES, WAARSCHUWINGEN EN VOORZORGS-MAATREGELEN, VOORDAT U UW AYO-APPARAAT GEBRUIKT

AYO is een geavanceerde mobiele technologie die gebruikers een mobiele en persoonlijke lichtervaring biedt. **AYO is geen medisch hulpmiddel** en is niet bedoeld om een ziekte of medische aandoening te genezen, behandelen of diagnosticeren. Het effect van AYO's technologie kan variëren, afhankelijk van de individuele toepassing en de gebruiksduur. Waarschuwingen en voorzorgs-maatregelen in de productinformatie vormen geen medisch advies en kunnen het raadplegen van een arts niet vervangen. We raden u aan medisch advies in te winnen, voordat u de technologie van AYO gebruikt, als u niet zeker bent van de mogelijke interactie met medicijnen, medische aandoeningen of ziekten.

De AYO-technologie moet worden gebruikt in strikte overeenstemming met de instructies, waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen in de productdoos.

Als u dit niet doet, kan dit leiden tot letsel of schade.

WAARSCHUWINGEN

Kinderen jonger dan 4 jaar moeten te allen tijde uit de buurt van het AYO-apparaat worden gehouden.

De AYO-technologie wordt niet aanbevolen voor gebruik door:

- Kinderen jonger dan 18 jaar zonder toezicht van een volwassene.
- Personen met lichtgevoeligheid, epilepsie of een voorgeschiedenis van epileptische aanvallen.
- Personen met verminderde fysieke, zintuiglijke of mentale vermogens, of door personen met onvoldoende ervaring en/of kennis om een dergelijk apparaat te bedienen.

Raadpleeg een arts voordat u de AYO-technologie gebruikt:

- Als u lijdt aan een bipolaire stoornis (manie-depressie), SAD (seizoensgebonden affectieve stoornis) of als u een voorgeschiedenis heeft van oogziekte in de familie;

- Als u een oogziekte heeft (glaucoom, retinitis of retinopathie, of maculaire degeneratie);
- Als u fotosensibiliserende medicijnen gebruikt, omdat licht de effectiviteit van sommige medicijnen kan veranderen (bijv. antibiotica, antihistaminica, chemotherapiemedicijnen, hart-, diabetes- en huidmedicatie, enz.).

STOP MET HET GEBRUIK VAN HET AYO-apparaat als u ongemak ervaart zoals hoofdpijn, droge mond, vermoeide ogen, misselijkheid of hyperactiviteit. Deze bijwerkingen zijn over het algemeen mild en van voorbijgaande aard, dus u kunt het apparaat binnen enkele dagen proberen weer te gebruiken. Als de bijwerkingen aanhouden, moet u onmiddellijk stoppen met het gebruik van het apparaat en contact opnemen met uw arts voor advies.

Zoals bij elke intense lichtbron, kijk **NIET** rechtstreeks in de lichtbron zelf.

GEBRUIK het AYO-apparaat **NIET** langer dan 1 uur per dag en niet vlak voor het slapengaan.

LAAD het AYO-apparaat **NIET OP** met iets anders dan de meegeleverde oplaadkabel. Gebruik nooit beschadigde of versleten snoeren of stekkers, aangezien dit elektrische schokken, brandwonden en/of brand tot gevolg kan hebben.

Het AYO-apparaat **NIET GEBRUIKEN** als het beschadigd is of op enigerlei wijze niet goed werkt en neem contact op met uw verkoper voor hulp.

Stel het AYO-apparaat **NIET** bloot aan hoge temperaturen of direct zonlicht en **GEBRUIK** het **NIET** in de buurt van warmtebronnen en apparaten. Gebruik het apparaat nooit in de buurt van open vuur. De AYO daglichtbril heeft een interne oplaadbare batterij en batterijen kunnen soms oververhit raken, waardoor brand of barsten kunnen ontstaan.

Houd het AYO-apparaat droog. Opslagruimten moeten droog zijn. **NIET** onderdompelen in of blootstellen aan water of vocht (bijvoorbeeld niet gebruiken in het bad, zwembad, enz.).

NIET GEBRUIKEN in situaties waarin het apparaat of de lichtstimulatie uw vermogen om essentiële taken uit te voeren in gevaar kunnen brengen of u of andere personen het risico op letsel kunnen opleveren, zoals het besturen van een voertuig of het bedienen van machines.

Open of wijzig het AYO-apparaat **NIET**. Het wijzigen van een kenmerk van het oorspronkelijke ontwerp (mechanica, elektronica, software, enz.) kan leiden tot storingen, verlies van functionaliteit en zelfs tot een gecompromitteerde productveiligheid. Elke wijziging van het AYO-apparaat leidt tot volledig verlies van garantie en verantwoordelijkheid door de fabrikant.

WAARSCHUWINGEN

Als u het apparaat voor een langere periode niet gebruikt, zorg er dan voor dat u het **volledig oplaadt** voordat u het opbergt om de batterij **gezond** te houden. Het is aan te raden om uw apparaat **ten minste één keer per maand op te laden** wanneer het niet in gebruik is, voor optimale operationele prestaties en batterijstatus.

Laat het AYO-apparaat ten minste 1 uur rusten, nadat het van een koude naar een warme omgeving is verplaatst, om het risico op condensatie van water in het apparaat te verkleinen.

Vermijd het toepassen van mechanische belasting op de daglichtbril, zoals het spannen of buigen van de poten van het apparaat of het uitoefenen van enige vorm van kracht.

GEBRUIK het AYO-apparaat **NIET** over de borst, nek of rond de mond.

GEBRUIK het AYO-apparaat **NIET** terwijl u een bril draagt met een foto-chromatische of getinte glazen.

Voorkom dat het AYO-apparaat in contact komt met chemicaliën (zoals haarlak). Reinig door af te vegen met een droge doek, vermijd het lichtgenererende gebied.

Als u het apparaat met iemand deelt, let dan op de hygiëne van het AYO-apparaat.

De fabrikant geeft geen en wijst alle garanties van welke aard dan ook af, expliciet of impliciet, mondeling of schriftelijk, of wettelijk met betrekking tot de AYO-technologie en het apparaat, inclusief garanties van verkoopbaarheid of geschiktheid voor een bepaald doel of met betrekking tot producteffectiviteit, efficiëntie, prestatie en verbetering. Voor zover maximaal toegestaan door de toepasselijke wetgeving is de fabrikant niet aansprakelijk voor enige directe, indirecte, incidentele, punitieve of gevolgschade of verlies (inclusief winst- of bedrijfsverlies) die voortvloeit uit of in verband staat met met de verkoop, het gebruik, het misbruik of eventuele defecten van de AYO-technologie en het apparaat volgens een of andere theorie, of: contractbreuk, scherp (inclusief aansprakelijkheid bij nalatigheid), strikte aansprakelijkheid of anderszins, ongeacht of een dergelijk verlies of dergelijke schade redelijkerwijs te voorzien was, en in geen geval hoger is dan de oorspronkelijke aankoopprijs van het apparaat. Indien enige voorwaarde onder deze clausule als onwettig of niet-afdwingbaar wordt beschouwd, wordt een vervangende term geacht te zijn ingevoegd die niet onwettig is en die het best de betekenis van de ongeldige term en de wettigheid of afdwingbaarheid van de overige voorwaarden worden niet beïnvloed of aangetast. Dezelfde rechtsgebieden staan uitsluiting of beperking van impliciete garanties of beperking van aansprakelijkheid voor incidentele of gevolgschade niet toe, dus de bovenstaande beperkingen of uitsluitingen zijn mogelijk niet van toepassing in die rechtsgebieden.

ONDERHOUD EN GARANTIE

Laat al het onderhoud aan het AYO-apparaat over aan gekwalificeerd onderhoudspersoneel. Onderhoud is vereist wanneer het AYO-apparaat op enigerlei wijze is beschadigd, zoals:

- Als het apparaat is blootgesteld aan regen of vocht;
- Als het apparaat niet normaal werkt wanneer de bedieningsinstructies worden gevolgd;
- Als het apparaat is gevallen of de behuizing is beschadigd.

De fabrikant garandeert de veiligheid, betrouwbaarheid en prestaties van dit apparaat alleen onder de volgende voorwaarden:

- Installatie, uitbreiding, aanpassing, wijziging of reparatie worden uitgevoerd door de fabrikant of door bevoegd personeel;
- Het apparaat wordt strikt in overeenstemming met de gebruiksaanwijzing gebruikt.

Om uw garantie geldig te laten zijn, moet het AYO-apparaat altijd worden bewaard, wanneer het niet wordt gebruikt, in de AYO-case om het te beschermen tegen hitte, vochtigheid en onbedoeld breken.

VEILIGHEID EN NALEVING

Hierbij bevestigen wij dat de hierboven beschreven producten voldoen aan de volgende richtlijnen:

EUROPA

CE EMC EN 55014, EN 61000-4-3
AYO is geclassificeerd als een apparaat dat veilig is voor de ogen in overeenstemming met de internationale norm IEC 62471.
Richtlijn 2014/30/EU (EMC)
EN55014-12006 +A2 2011
EN 55014-22015
Richtlijn 2011/65/EU (RoHS)
IEC 623212008, IEC 62321-3-12013, IEC 62321-4 2013, IEC 62321-52013

Richtlijn radioapparatuur 2014/53/EU
EN 624792010, EN 3003282015, EN 301489-12011, EN 301489-17 2012

De hierboven beschreven producten voldoen aan de RoHS-richtlijn 2011/65/EU van het Europees Parlement en de Raad van 08/06/2011 betreffende beperking van het gebruik van bepaalde gevaarlijke stoffen in elektrische en elektronische apparaten.

CANADA

Industrie Canada (IC): ICES-003 uitgave 6, Januari 2016, Klasse B ANSI C63.4:2014 Naarmate het product evolueert en zich uitbreidt naar nieuwe markten, wordt de huidige lijst met certificeringen die AYO heeft behaald, voortdurend uitgebreid. Neem voor een volledige lijst met certificeringen contact met ons op via support@goayo.com.

US

Prop65 Testrapportnummer: CGZ3180801-02299-C 27 augustus 2018 FCC Title 47, hoofdstuk 1, deel 15, Klasse B

FCC-verklaring

Dit apparaat is getest en voldoet aan de grenzen voor een digitaal apparaat van Klasse B, overeenkomstig deel 15 van de FCC-regels. Deze limieten zijn ontworpen om redelijke bescherming te bieden tegen schadelijke interferentie in een residentiële installatie. Dit apparaat genereert, gebruikt en kan radiofrequente energie uitstralen en, indien niet geïnstalleerd en gebruikt volgens de instructies, kan schadelijke interferentie veroorzaken in radiocommunicatie. Er is echter geen garantie dat interferentie niet zal optreden in een bepaalde installatie. Als dit apparaat schadelijke interferentie veroorzaakt bij radio- of televisieontvangst, wat kan worden vastgesteld door het apparaat uit en aan te zetten, wordt de gebruiker aangemoedigd om de interferentie te proberen te corrigeren door een of meer van de volgende maatregelen te nemen:

- Heroriënteer of verplaats de ontvangstantenne.
- Vergroot de afstand tussen het apparaat en de ontvanger.
- Sluit het apparaat aan op een stopcontact op een circuit dat verschilt van dat waarmee de ontvanger is verbonden.
- Raadpleeg de dealer of een ervaren radio-/tv-technicus voor hulp.

Dit apparaat voldoet aan deel 15 van de FCC-regels. De werking is onderhevig aan de volgende twee voorwaarden: (1) Dit apparaat mag geen schadelijke interferentie veroorzaken en (2) dit apparaat moet alle ontvangen interferentie accepteren, inclusief interferentie die ongewenste werking kan veroorzaken.

Opmerking: Wijzigingen aan dit product zullen de bevoegdheid van de gebruiker om dit apparaat te bedienen ongeldig maken.

RECYCLING

Dit apparaat voldoet aan Richtlijn 2012/19/EU WEEE. Het AYO-apparaat mag niet worden weggegooid met het huisvuil, maar moet worden gerecycled bij de daarvoor bestemde inzamelpunten voor elektrische en elektronische apparatuur/afval.

Dit product is mogelijk niet in alle landen wereldwijd verkrijgbaar. Het is mogelijk niet goedgekeurd of goedgekeurd door de relevante regelgevende instanties van de overheid in elk land waar het wordt gebruikt.

TECHNISCHE SPECIFICATIES

Maat: AYO daglichtbril: 155 x 65 x 23 mm (6.1 x 2.6 x 0.9 in), one-size-fits-all. AYO beschermstandaard: 173 x 80 x 65 mm (6.8 x 3.1 x 2.6 in)

Gewicht: AYO daglichtbril: 35 grams (1.2 ounces). AYO beschermstandaard: 180 grams (6.3 ounces)

Verlichting: Primair: 4 blauwe lichtgevende diodes (LED's), AVO lichtverspreidingstechnologie Secundair: 2 rode lichtgevende diodes (LED's), dominante golflengte 660 nm

Eigenschappen van blauw licht: Dominante golflengte Ca. 470 nm +- 2nm UV- en IR-vrij licht. Halve piek bandbreedte 22nm. Typische straling Ca. 150 qW/cm2

Lichtpuls: 1,000Hz

Levensduur: >10,000 hours

Accu: Geïntegreerde oplaadbare Li-ion-polymeerbatterij, 3,7 V, 110 mAh

Batterijduur: Tot 140 minuten / 7 sessies. Oplaadtijd (0% tot 100% capaciteit): Circa 3 uur

Omgevingstemperatuur (werking):
Temperatuur 0 - 40C (32 -104F)

JURIDISCHE OPMERKING:

© Copyright 2024 Novalogy Inc.
AYO is een handelsmerk van Novalogy LTD
www.goayo.com is eigendom van Novalogy Inc.
Novalogy Inc.
2093 Philadelphia Pike #1040
Claymont, DE, 19703
Verenigde Staten
info@goayo.com

Google Play en het Google Play-logo zijn handelsmerken van Google LLC.
App Store en het App Store-logo zijn handelsmerken van Apple Inc.

De informatie in dit document kan zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd. De enige garanties voor producten en diensten van Novalogy worden uiteengezet in de uitdrukkelijke garantieverklaringen die bij dergelijke producten en diensten worden geleverd. Niets hierin mag worden opgevat als een aanvullende garantie. Novalogy niet aansprakelijk voor technische/ of redactionele fouten of weglatingen in dit document.

Eerste editie:

Juni 2024

AYO

Verantwoordelijke partij en fabrikant

Novalogy Ltd.
37 Georgi Benkovski Str., 1st floor
1000, Sofia, Bulgarije
info@goayo.com

Importeur

Kratos B.V.
Virulyweg 45
7602RG Almelo
Nederland
info@goayo.nl

Primair aanspreekpunt

Kratos B.V.
Virulyweg 45
7602RG Almelo
Nederland
info@goayo.nl