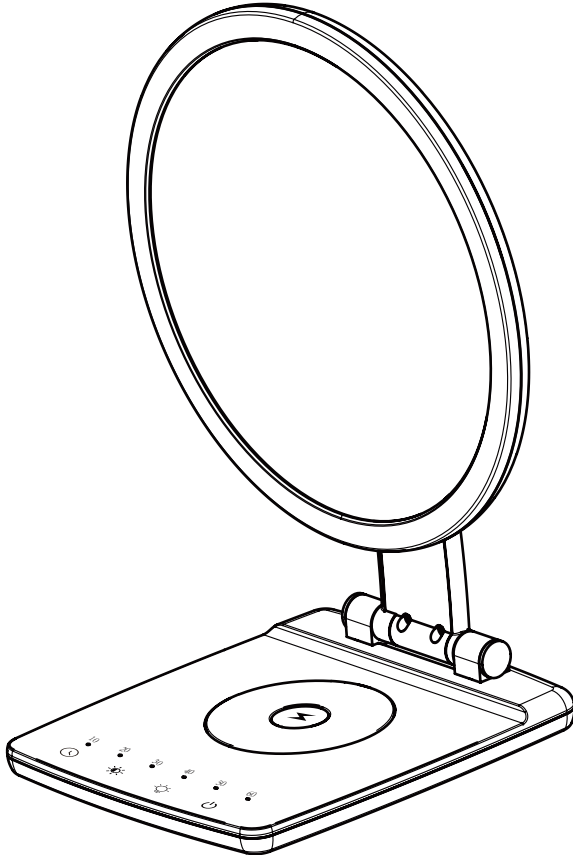


Light Boost Max

Handleiding



Lees deze handleiding voordat je aan de slag gaat met de Light Boost Max van Slowwave

De Light Boost Max is geen medisch hulpmiddel en is niet bedoeld om een ziekte of medische aandoening te genezen, behandelen of diagnosticeren. Het effect van de Light Boost Max kan variëren, afhankelijk van de individuele toepassing en de gebruiksduur. Waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen in de productinformatie vormen geen medisch advies en kunnen het raadplegen van een arts niet vervangen. We raden je aan medisch advies in te winnen, voordat je de Light Boost Max gebruikt, als je niet zeker bent van de mogelijke interactie met medicijnen, medische aandoeningen of ziekten.

Hoe zet je de Light Boost Max in?

De Light Boost Max kan voor verschillende persoonlijke doelen ingezet worden. Denk hierbij aan het voorkomen of behandelen van seizoensgebonden depressieve klachten, het verbeteren van prestaties en het beter (door)slapen tijdens de nacht. Hieronder vind je per doel/toepassing concrete adviezen.

Wanneer gebruik je de Light Boost Max?

Seizoensgebonden depressieve klachten behandelen of voorkomen

Gebruik de Light Boost Max in de ochtend als je de daglichtlamp wilt inzetten om seizoensgebonden depressieve klachten - zoals de welbekende winterblues - te voorkomen of behandelen. Het exacte tijdstip is van ondergeschikt belang, al kan een sessie vroeg in de ochtend helpen om het opstaan te vergemakkelijken.

Beter slapen

De Light Boost Max houdt je bioritme in balans en helpt je hierdoor om beter en dieper te slapen. Gebruik de daglichtlamp direct na het ontwaken.

Waarschuwing: gebruik de Light Boost Max niet voor het gewenste tijdstip van ontwaken, aangezien dit je biologische klok juist kan ontregelen. Voorbeeld: je wilt eigenlijk tot 7 uur in de ochtend slapen, maar je wordt om 6 uur al wakker. Wacht dan met de lichttherapie-sessie tot het 7 uur is.

Als je te maken hebt met doorslaapproblemen vanwege een vervroegde slaapfase (zie www.slaapwijzer.net/doorslaapproblemen-lichttherapie) kan een sessie met de Light Boost Max ongeveer 2 tot 3 uur voor het slapengaan helpen om de slaapfase te verschuiven. Dit resulteert na verloop van tijd in energiekere avonden en langere nachten.

Meer energie

Als je merkt dat je een natuurlijke energieboost kunt gebruiken - bijvoorbeeld tijdens de welbekende middagdip - gaat een korte sessie met de Light Boost Max jou de opkikker geven die je nodig hebt om je

Betere prestaties

Heb je een belangrijke sportwedstrijd of zakelijke afspraak? Een sessie met de Light Boost Max geeft je een dosis extra motivatie en helpt je bovendien om beter te presteren.

Overige toepassingen

De Light Boost Max kan ook succesvol worden ingezet om het bioritme te ondersteunen bij onregelmatige werktijden of om sneller te wennen aan een andere tijdzone. Een deskundige kan hierbij op basis van de specifieke situatie een schema opstellen.

Hoe gebruik je de Light Boost Max?

Voor het beste effect kies je via de knop 'kleurtemperatuur' (zie pagina 4) voor het meeste witte/koele licht. Zet dit op de meest felle stand via de 'helderheid' knop (zie pagina 4). Kies voor een periode van 30 tot 40 minuten via de 'timer' knop (zie pagina 4).

Zet de Light Boost Max niet recht voor je, maar laat het licht vanuit een hoek je ogen bereiken (zie bijvoorbeeld de foto op de verpakking). Kies hierbij voor een afstand van ongeveer 50 centimeter. Kijk niet rechtstreeks in het licht. Je kan tussendoor gewoon andere activiteiten ontplooiën, zoals lezen of werken op de computer.

Eventueel kun je langzaam aan het licht wennen door het geleidelijk feller te maken via de 'helderheid' knop (zie pagina 4) en/of eerst te kiezen voor een warmere temperatuur via de 'kleurtemperatuur' knop (zie pagina 4). Wij adviseren om de Light Boost Max in een lichte omgeving te gebruiken, aangezien het licht dan zachter is voor de ogen. Gebruik de Light Boost Max niet langer dan een uur per dag op volledige sterkte.

Hoe kun je draadloos opladen?

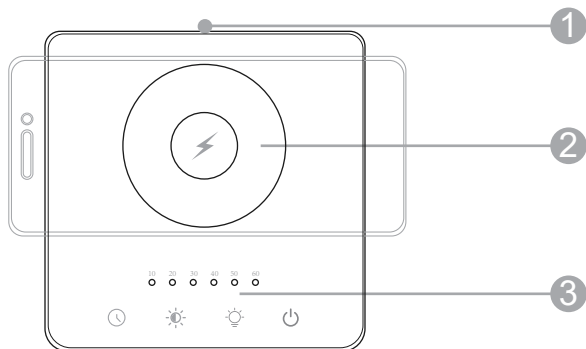
De Light Boost Max kan jou een broodnodige opkikker geven, maar ook je smartphone van een energieboost voorzien. Tijdens jouw lichttherapie-sessie kun je jouw telefoon op het plateau (zie pagina 4) leggen waarna deze automatisch zal opladen. Uiteraard is het van belang dat de Light Boost Max verbonden is met het stroomnetwerk en dat jouw smartphone een draadloze oplaadfunctie heeft.

Je kan de draadloze oplaadfunctie ook gebruiken als de lamp niet aan staat.

Lagere intensiteit en warmere kleuren

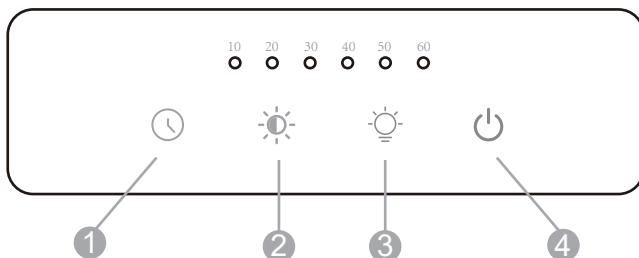
Dankzij de mogelijkheden met betrekking tot het instellen van een lage lichtintensiteit en warme kleurtemperatuur kan de Light Boost Max ook perfect ingezet worden als handige en sfeervolle verlichting. Bijvoorbeeld tijdens het werken of lezen. Het zachte en/of warmere licht kan ook gebruikt worden om je ogen te laten wennen voordat je start met een lichttherapie-sessie op volle sterkte.

Dashboard Light Boost Max



- ① DC-poort ② Draadloos oplaadplateau ③ Zie details hieronder

Bedieningspaneel Light Boost Max



- ① Timer ② Kleurtemperatuur ③ Helderheid ④ AAN / UIT

Schakelaar (AAN / UIT):

Druk kort op de knop om de Light Boost Max in te schakelen. Zorg er uiteraard voor dat de stekker in het stopcontact zit en dat de kabel verbonden is met de daglichtlamp.

Instelling lichtintensiteit:

Houd de knop ingedrukt om de lichtintensiteit van het licht stapsgewijs aan te passen van 1000 tot 10000 lux (eenheid van helderheid).

Instelling kleurtemperatuur:

Houd de knop ingedrukt om de kleurtemperatuur stapsgewijs aan te passen van 3000 tot 6500 Kelvin (eenheid van kleurtemperatuur).

Timer:

Druk op deze knop om de timerfunctie in te schakelen en de duur van de lichttherapie-sessie stapsgewijs aan te passen.

Zorg en reiniging

De Light Boost Max is gemaakt van hoogwaardige materialen die vele jaren meegaan met minimaal onderhoud. Je kunt de daglichtlamp periodiek schoonmaken met een mild, niet-schurend reinigingsmiddel en een zachte doek. Zorg er bij het schoonmaken altijd voor dat je het apparaat hebt uitgeschakeld en losgekoppeld en het product voldoende tijd hebt gegeven om af te koelen.

Na het reinigen van de Light Boost Max moet deze grondig en volledig worden gedroogd, voordat de daglichtlamp wordt aangesloten op de stroomvoorziening.

WAARSCHUWING

Bedien dit apparaat niet in de buurt van water om elektrocutie en/of elektrisering te voorkomen.

WAARSCHUWING

- Nauw toezicht wordt aanbevolen als de Light Boost Max gebruikt wordt door of in de buurt van kinderen of anderen die mogelijk de noodzaak van deze voorzorgsmaatregelen niet begrijpen.
- Bedien de Light Boost Max niet in de nabijheid van brandbare of ontvlambare dampen, zoals spuitbussen, of waar zuurstof wordt toegediend.
- Om het risico op een elektrische schok of persoonlijk letsel bij het reinigen van de Light Boost Max te voorkomen, moet je ervoor zorgen dat de lamp is uitgeschakeld en voldoende tijd heeft gekregen om af te koelen.
- Verkort de stroomkabel niet en knip deze niet door.
- Bepaalde medicijnen (bijvoorbeeld antidepressiva) en vastgestelde psychische aandoeningen kunnen gevoeligheid voor licht veroorzaken, wat kan leiden tot ongemak, hyperactiviteit of hypomanie. Overleg bij twijfel altijd met een arts.
- Raadpleeg je zorgverlener voordat je de Light Boost Max gebruikt als je een oogaandoening hebt of een risico loopt op het ontwikkelen van leeftijdsgebonden maculadegeneratie of andere oogaandoeningen.
- Stop onmiddellijk met het gebruik als je ongemakken ervaart door het gebruik van de Light Boost Max.

LET OP

- De Light Boost Max is uitsluitend bedoeld voor gebruik binnenshuis.
- Vermijd het plaatsen van de Light Boost Max op plekken die blootgesteld zijn aan direct zonlicht of in de buurt van warmte afgevend producten. Plaats de daglichtlamp niet bovenop andere apparaten die warmte afgeven. Bescherm de stroomkabel van dit product, in al zijn onderdelen, zodat deze niet op enige manier beschadigd kan raken.
- Gebruik de Light Boost Max niet als het product op enige manier beschadigd is. Bijvoorbeeld als de stroomkabel of stekker beschadigd zijn, als er vloeistof op een van de oppervlakken gemorst is, als er voorwerpen op dit product zijn gevallen of als het product zelf schade heeft opgelopen door externe krachten, zoals een botsing, vallen, blootstelling aan regen of vocht etc..
- Demonteer de Light Boost Max niet. Er zijn geen onderdelen in deze daglichtlamp die door de gebruiker kunnen worden onderhouden.
- Gebruik alleen de meegeleverde voedingsadapter, kabel en connector voor de Light Boost Max. Als andere stroombronnen, stekkers, adapters, kabels en connectoren worden gebruikt, kan dit schade aan het product en/of de voeding veroorzaken.
- Dit product kan storing veroorzaken bij radio's, draadloze telefoons of andere apparaten die een draadloze afstandsbediening gebruiken, zoals televisietoestellen. Als er storing optreedt, verplaatst het product dan van

- deze apparaten en sluit het aan op een ander stopcontact.
- Trek de stekker van de Light Boost Max uit het stopcontact tijdens onweersbuien of wanneer het product gedurende lange tijd in gebruik is geweest. Plaats de daglichtlamp niet op stoffige, vochtige, slecht geventileerde of trillende plaatsen.
 - De Light Boost Max mag niet worden gebruikt met dimmers, timers, bewegingssensoren, spanningsvormers of verlengsnoeren.
 - Laat de Light Boost Max niet onbeheerd achter tijdens gebruik.
 - Bedek de Light Boost Max nooit en plaats er niets bovenop wanneer het in werking is.
 - Plaats de stroomkabel van de Light Boost Max altijd achter de daglichtlamp.
 - Gebruik geen oplosmiddelen of reinigingsmiddelen die schurende materialen of ammonia bevatten.
 - Na het reinigen van de Light Boost Max met een (zeer) licht vochtige doek moet de daglichtlamp grondig worden afgedroogd, voordat deze weer op de voeding wordt aangesloten.

Technische specificaties

Model:	JSK-SW01
Grootte:	234*180*39mm
Adapter:	Input:AC100-240V output:DC12V/2A
Vermogen:	24W
Lichtintensiteit:	3900/4900/6000/7200/8500/10000Lux
Kleurtemperatuur:	3000K ~ 6500K
Timer:	10 / 20 / 30 / 40 / 50 / 60 minutes
Draadloos Oplaadvermogen:	5W/7.5W/10W(Max)

Aansprakelijkheid

De verkoper geeft geen en wijst alle garanties van welke aard dan ook af, expliciet of impliciet, mondeling of schriftelijk, of wettelijk met betrekking tot het apparaat, inclusief geschiktheid voor een bepaald doel of met betrekking tot producteffectiviteit, efficiëntie, prestatie en verbetering. Voor zover maximaal toegestaan door de toepasselijke wetgeving is de verkoper niet aansprakelijk voor enige directe, indirecte, incidentele, punitieve of gevolgschade of verlies (inclusief winst- of bedrijfsverlies) die voortvloeit uit of in verband staat met het gebruik, het misbruik of eventuele defecten van het apparaat.