

 SILVERGEAR

# DAYLIGHT LAMP

IMPROVE YOUR MOOD



## Manual

- NL • Handleiding
- FR • Manuel
- DE • Bedienungsanleitung
- PL • Instrukcja obsługi
- ES • Manual
- IT • Istruzioni d'uso

Thank you for purchasing our daylight lamp. This manual will provide instructions for effective and safe use of the product. Please read it carefully before use and store the manual in a safe place for future reference. If you ever pass the product on to others, this manual should be included.

### 1. Safety instructions

- This device is designed for general household use.
- The product is not intended to be used by children or by persons with reduced physical or mental capabilities, or with lack of experience or knowledge, but only under supervision of an adult and with taking into account any hazards.
- Before use, inspect the device and its parts. Do not use in case of damage.
- Do not use the product in extreme hot, cold or humid environments.
- Do not place near heat sources such as radiators, cookers, etc.
- Keep away from sources of ignition.
- Do not place, store or use the product near water.
- Do not let moisture come into contact with any electrical parts.
- Never touch the device or its plug with wet hands.
- Place the product on a hard level surface.
- Keep the cord out of harm's way.
- Do not leave the product unattended when in use.
- Do not insert any foreign objects into any opening of the device.
- Do not attempt to repair, disassemble or alter the product yourself.
- Consult your GP prior to use if you are concerned about health issues.
- Stop use immediately and contact your specialist, if you experience any discomfort or pain.
- Handle with care.

### Contraindications

Consult your GP or specialist before using the daylight lamp if you:

- are suffering from severe depression;
- are prone to migraine attacks;
- have diabetes;
- suffer from high blood pressure;
- suffer from skin sensitivity to light (photosensitivity);
- have had recent eye surgery or have a diagnosed eye or retinal condition;
- are taking specific medication, such as painkillers, antidepressants, psychotropic

drugs or malaria tablets.

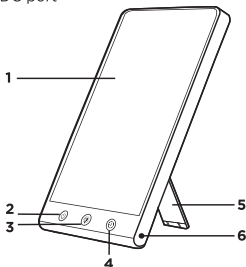
**Note:** The guidelines in this manual do not constitute medical advice for the treatment of any condition. If your GP has suggested the use of light therapy, follow their instructions and discuss any effects with them.

### 2. Package content

- Daylight lamp
- Mains adaptor
- Manual

### 3. Description of parts

1. Light screen
2. On/off button
3. Brightness
4. Timer
5. Stand
6. DC port



### 4. Operation

1. Place the daylight lamp on a hard, flat surface and near a wall socket.
2. Connect the device to the mains with the supplied mains adaptor.
3. Press the On/off button to turn on the daylight lamp.
4. Select your desired settings using the Brightness and Timer buttons.
5. Position yourself as close to the daylight lamp as possible (approx. 50 cm). During use, you can continue to carry out your daily activities, such as reading, writing, using the telephone, etc.

### **Note:**

- Do not look directly into the light during the entire application time, as it may overstimulate the retina.
- During use, the following applies, the closer you are to the lamp, the shorter the application time:

Distance	Application duration	Light received (lux)
15 cm	0-30 min.	10,000
30 cm	30-60 min.	5,000
50 cm	60-120 min.	3,000

### Possible side effects

Some people may experience side effects, such as headaches, eyestrain, sleeping problems or nausea. Measures to avoid, minimise or alleviate these side effects:

- Increase the treatment distance and do not look directly into the light.
- Avoid using the device late at night or just before going to bed.
- Stop using the device for a few days to let the side effects disappear and then try again.

### 5. Maintenance

- Always unplug and allow the device to cool down before maintenance and before long-term storage.
- If necessary, clean the outside of the lamp with a slightly damp cloth. Dry thoroughly with a clean and soft cloth.
- Always store the product within the prescribed storage temperature (-25 °C to +70 °C).

### 6. Technical specifications

Input	100-240 V 50/60 Hz
Output	DC 24 V / 1A 24 W
Rated power	Max 16 W
LED	2835 0.2 W 72 pieces
Light	10,000 lux (± 10 %)
Lumen	800 lm (± 10 %)
Colour temperature	6000-65000 K
Operating temperature	5-35 °C
Size	235 x 147 x 16 mm

### 7. Disposal

Dispose of the article and the packaging materials in accordance with current local regulations.



The crossed out wheellie bin symbol means that this product shall not be disposed of with normal household waste. Electronic and Electrical

Equipment not included in the selective sorting process are potentially dangerous for the environment and human health due to the presence of hazardous substances. Please dispose of responsibly at an approved waste or recycling facility.



The CE marking is a certification mark that indicates conformity with health, safety and environmental protection standards for products sold within the European Union. The CE marking is the manufacturer's declaration that the product meets the requirements of the applicable EC directives.



Recycling helps to reduce the consumption of resources and reduce the environmental impact. If you wish to discard the packaging, comply to the environmental legislation in your country.

Bedankt voor de aankoop van onze daglichtlamp. Deze handleiding bevat instructies voor een effectief en veilig gebruik van het product. Lees deze handleiding zorgvuldig door voor gebruik en bewaar deze op een veilige plaats voor toekomstig gebruik. Als je het product ooit aan anderen doorgeeft, moet deze handleiding erbij zitten.

### 1. Veiligheidsinstructies

- Dit apparaat is ontworpen voor algemeen huishoudelijk gebruik.
- Het product is niet bedoeld voor gebruik door kinderen of personen met beperkte fysieke of mentale capaciteiten, of met gebrek aan ervaring of kennis, maar **alleen** onder toezicht van een volwassene en met inachtneming van eventuele gevaren.
- Inspecteer het apparaat en zijn onderdelen vóór gebruik. Niet gebruiken in geval van schade.
- Gebruik het product niet in een extreem warme, koude of vochtige omgeving.
- Niet plaatsen in de buurt van warmtebronnen zoals radiatoren, fornuizen, enz.
- Verwijderd houden van ontstekingsbronnen.
- Plaats, bewaar of gebruik het product niet in de buurt van water.
- Laat geen vocht in contact komen met elektrische onderdelen.
- Raak het apparaat of de stekker nooit aan met natte handen.
- Plaats het product op een harde, vlakke ondergrond.
- Houd het snoer buiten het bereik van enig gevaar.
- Laat het product niet onbeheerd achter wanneer het in gebruik is.
- Steek geen vreemde voorwerpen in een opening van het apparaat.
- Probeer het product niet zelf te repareren, te demonteren of aan te passen.
- Raadpleeg vóór gebruik je huisarts als je zich zorgen maakt over gezondheidskwesaties.
- Stop het gebruik onmiddellijk en neem contact op met je specialist als je ongemak of pijn ervaart.
- Gebruik voorzichtig.

### Tegenaanwijzingen

Raadpleeg je huisarts of specialist voordat je de daglichtlamp gebruikt als je:

- aan een ernstige depressie lijdt;
- gevoelig bent voor migraineaanvallen;
- diabetes hebt;

- lijdt aan hoge bloeddruk;
- lijdt aan huidgevoeligheid voor licht (lichtgevoeligheid);
- onlangs een oogoperatie hebben ondergaan of een gediagnosticeerde oog- of netvliesandoening hebben;
- specifieke medicijnen gebruikt, zoals pijnstillers, antidepressiva, psychotrope medicijnen of malariatabletten.

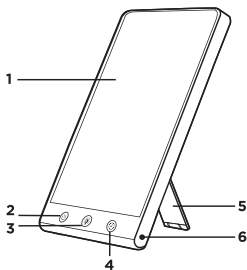
**Let op:** De richtlijnen in deze handleiding vormen geen medisch advies voor de behandeling van een aandoening. Als je huisarts het gebruik van lichttherapie heeft voorgesteld, volg dan zijn instructies op en bespreek eventuele effecten met hem.

### 2. Inhoud van de verpakking

- Daglichtlamp
- Netadapter
- Handleiding

### 3. Beschrijving van onderdelen

1. Lichtscherm
2. Aan-uitknop
3. Helderheid
4. Timer
5. Uitklapbare standaard
6. DC-poort



### 4. Werking

1. Plaats de daglichtlamp op een harde, vlakke ondergrond en in de buurt van een stopcontact.
2. Sluit het apparaat aan op het lichtnet met de meegeleverde netadapter.
3. Druk op de aan-uitknop om de daglichtlamp in te schakelen.
4. Selecteer uw gewenste instellingen met de knoppen Helderheid en Timer.
5. Plaats uzelf zo dicht mogelijk bij de daglichtlamp (ca. 50 cm). Tijdens het gebruik kunt u uw dagelijkse activiteiten

blijven uitvoeren, zoals lezen, schrijven, telefoneren, enz.

#### Let op:

- Kijk niet direct in het licht gedurende de gehele gebruikstijd, omdat dit het netvlies kan overstimuleren.
- Tijdens het gebruik geldt het volgende: hoe dichter je je bij de lamp bevindt, hoe korter de inwerktijd:

Afstand	Toepassingsduur	Ontvangen licht (lux)
15 cm	0-30 min.	10,000
30 cm	30-60 min.	5,000
50 cm	60-120 min.	3,000

#### Mogelijke bijwerkingen

Sommige mensen kunnen bijwerkingen ervaren, zoals hoofdpijn, vermoeide ogen, slaapproblemen of misselijkheid. Maatregelen om deze bijwerkingen te vermijden, te minimaliseren of te verlichten:

- Vergroot de behandelaafstand en kijk niet rechtstreeks in het licht.
- Vermijd het gebruik van het apparaat 's avonds laat of vlak voor het slapen gaan.
- Stop een paar dagen met het gebruik van het apparaat om de bijwerkingen te laten verdwijnen en probeer het daarna opnieuw.

#### 5. Onderhoud

- Haal altijd de stekker uit het stopcontact en laat het apparaat afkoelen voor onderhoud en voor langdurige opslag.
- Reinig indien nodig de buitenkant van de lamp met een licht vochtige doek. Droog grondig af met een schone en zachte doek.
- Bewaar het product altijd binnen de voorgeschreven opslagtemperatuur (-25 °C tot +70 °C).

#### 6. Technische specificaties

Voeding	100-240 V 50/60 Hz
Uitgang	DC 24 V / 1A 24 W
Nominaal vermogen	Max 16 W
LED	2835 0.2 W 72 pieces
Licht	10,000 lux (± 10 %)
Lumen	800 lm (± 10 %)
Kleurtemperatuur	6000-65000 K
Bedrijfstemperatuur	5-35 °C
Afmetingen	235 x 147 x 16 mm

#### 7. Verwijdering

Gooi het artikel en de verpakkingsmaterialen weg in overeenstemming met de geldende plaatselijke voorschriften.



Het symbool van de doorgekruiste vuilniscontainer betekent dat dit product niet met het gewone huisvuil mag worden weggegooid.

Elektronische en elektrische apparatuur die niet is opgenomen in het selectieve afvalsorteringsproces is potentieel gevaarlijk voor het milieu en de menselijke gezondheid vanwege de aanwezigheid van gevaarlijke stoffen. Voer deze op verantwoorde wijze af bij een erkend afvalverwerkings- of recyclingbedrijf.



De CE-markering is een certificatiemerk dat aangeeft dat producten die binnen de Europese Unie worden verkocht, voldoen aan de normen op het gebied van gezondheid, veiligheid en milieubescherming. De CE-markering is de verklaring van de fabrikant dat het product voldoet aan de eisen van de geldende EG-richtlijnen.



Recycling helpt om het verbruik van hulpbronnen te verminderen en de gevolgen voor het milieu te beperken. Als je de verpakking wilt weggooien, voldoe dan aan de milieuwetgeving in je land.

Nous vous remercions d'avoir acheté notre lampe à lumière du jour. Ce manuel fournit des instructions pour une utilisation efficace et sûre du produit. Veuillez le lire attentivement avant de l'utiliser et conservez le manuel dans un endroit sûr pour pouvoir vous y référer ultérieurement. Si jamais vous transmettez le produit à d'autres personnes, ce manuel doit être inclus.

### 1. Consignes de sécurité

- Cet appareil est conçu pour un usage domestique général.
- Le produit n'est pas destiné à être utilisé par des enfants ou des personnes aux capacités physiques ou mentales réduites, ou manquant d'expérience ou de connaissances, mais uniquement sous la surveillance d'un adulte et en tenant compte des risques éventuels.
- Avant toute utilisation, inspectez l'appareil et ses pièces. Ne pas utiliser en cas de dommages.
- N'utilisez pas le produit dans des environnements extrêmement chauds, froids ou humides.
- Ne pas placer à proximité de sources de chaleur telles que des radiateurs, des cuisinières, etc.
- Tenir à l'écart des sources de combustion.
- Ne pas placer, stocker ou utiliser le produit près de l'eau.
- Ne laissez pas l'humidité entrer en contact avec les pièces électriques.
- Ne touchez jamais l'appareil ou sa fiche avec des mains mouillées.
- Placez le produit sur une surface dure et plane.
- Maintenez le câble à l'abri du danger.
- Ne laissez pas le produit sans surveillance lorsqu'il est utilisé.
- N'insérez aucun corps étranger dans l'une des ouvertures de l'appareil.
- N'essayez pas de réparer, de démonter ou de modifier le produit vous-même.
- Consultez votre médecin avant de l'utiliser si vous êtes préoccupé par des questions de santé.
- Arrêtez immédiatement l'utilisation et contactez votre spécialiste si vous ressentez une gêne ou une douleur.
- À manipuler avec précaution.

### Contre-indications

Consultez votre médecin ou votre spécialiste avant d'utiliser la lampe à lumière du jour si vous :

- souffrez d'une grave dépression ;

- êtes sujet à des crises de migraine ;
- avez le diabète ;
- souffrez d'une pression sanguine élevée ;
- souffrez d'une sensibilité cutanée à la lumière (photosensibilité) ;
- avez subi une opération récente de l'œil ou vous souffrez d'une affection oculaire ou rétinienne diagnostiquée ;
- prenez des médicaments spécifiques, tels que des analgésiques, des antidépresseurs, des psychotropes ou des comprimés contre le paludisme.

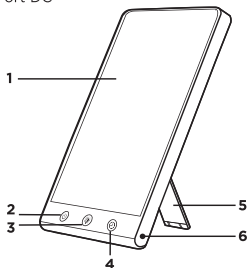
**Remarque :** Les directives contenues dans ce manuel ne constituent pas un avis médical pour le traitement d'une quelconque affection. Si votre médecin traitant vous a suggéré d'utiliser la luminothérapie, suivez ses instructions et discutez avec lui des effets éventuels.

### 2. Contenu de l'emballage

- Lampe à lumière du jour
- Adaptateur secteur
- Manuel

### 3. Description des pièces

1. Écran lumineux
2. Bouton marche/arrêt
3. Luminosité
4. Minuterie
5. Support
6. Port DC



### 4. Fonctionnement

1. Placez la lampe à lumière du jour sur une surface dure et plate et près d'une prise de courant.
2. Branchez l'appareil sur le secteur à l'aide de l'adaptateur secteur fourni.
3. Appuyez sur le bouton On pour allumer la lampe à lumière du jour.
4. Sélectionnez les paramètres souhaités

à l'aide des boutons Luminosité et Minuterie.

5. Placez-vous aussi près que possible de la lampe à lumière du jour (environ 50 cm). Pendant l'utilisation, vous pouvez continuer à vaquer à vos occupations quotidiennes, comme lire, écrire, téléphoner, etc.

**Note:**

- Ne regardez pas directement la lumière pendant toute la durée de l'application, car cela pourrait surstimuler la rétine.
- Pendant l'utilisation, la règle suivante s'applique : plus vous êtes proche de la lampe, plus le temps d'application est court :

Distance	Durée de la demande	Lumière reçue (lux)
15 cm	0-30 min.	10,000
30 cm	30-60 min.	5,000
50 cm	60-120 min.	3,000

**Effets secondaires possibles**

Certaines personnes peuvent ressentir des effets secondaires, tels que des maux de tête, une fatigue oculaire, des troubles du sommeil ou des nausées. Certaines personnes peuvent ressentir des effets secondaires, tels que des maux de tête, une fatigue oculaire, des troubles du sommeil ou des nausées. Voici les mesures à prendre pour éviter, minimiser ou atténuer ces effets secondaires :

- Augmentez la distance de traitement et ne regardez pas directement dans la lumière.
- Évitez d'utiliser l'appareil tard le soir ou juste avant d'aller vous coucher.
- Arrêtez d'utiliser l'appareil pendant quelques jours pour laisser les effets secondaires disparaître, puis réessayez.

**5. Maintenance**

- Débranchez toujours l'appareil et laissez-le refroidir avant de l'entretenir et avant de le stocker à long terme.
- Si nécessaire, nettoyez l'extérieur de la lampe avec un chiffon légèrement humide. Séchez soigneusement avec un chiffon propre et doux.
- Conservez toujours le produit à la température de stockage prescrite (-25 °C à +70 °C).

**6. Spécifications techniques**

Entrée	100-240 V 50/60 Hz
Sortie	DC 24 V / 1A 24 W
Puissance nominale	Max 16 W
LED	2835 0,2 W 72 pièces
Lumière	10 000 lux (± 10 %)
Lumen	800 lm (± 10 %)
Température de couleur	6000-65000 K
Température de fonctionnement	5-35 °C
Taille	235 x 147 x 16 mm

**7. Élimination**

Débarassez-vous l'article et les matériaux d'emballage conformément à la réglementation locale en vigueur.



Le symbole de la poubelle barrée signifie que ce produit ne peut pas être éliminé avec les déchets ménagers usuels. Les équipements électroniques et électriques non compris dans le processus de tri sélectif sont potentiellement dangereux pour l'environnement et la santé humaine en raison de la présence de substances dangereuses. Veuillez les éliminer de manière responsable dans des centres approuvés de traitement ou recyclage des déchets.



Le marquage CE est une marque de certification qui indique la conformité aux normes de santé, de sécurité et de protection de l'environnement des produits vendus dans l'Union européenne. Le marquage CE est la déclaration du fabricant selon laquelle le produit est conforme aux exigences des directives CE applicables.



Le recyclage permet de réduire la consommation de ressources et l'impact sur l'environnement. Si vous souhaitez vous débarrasser de l'emballage, respectez la législation environnementale en vigueur dans votre pays.



Ce produit est recyclable. Il est soumis à la responsabilité élargie du fabricant et est collecté séparément.

Vielen Dank, dass Sie sich für unsere Tageslichtlampe entschieden haben. Dieses Handbuch enthält Anweisungen für den effektiven und sicheren Gebrauch des Produkts. Bitte lesen Sie sie vor dem Gebrauch sorgfältig durch und bewahren Sie die Anleitung zum späteren Nachschlagen an einem sicheren Ort auf. Falls Sie das Produkt niemals an andere weitergeben, sollten Sie diese Anleitung mitnehmen.

### 1. Sicherheitshinweise

- Dieses Gerät ist für den allgemeinen Gebrauch im Haushalt bestimmt.
- Das Produkt ist nicht dafür bestimmt, von Kindern oder Personen mit eingeschränkten körperlichen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung oder mangelndem Wissen benutzt zu werden, sondern nur unter Aufsicht eines Erwachsenen und unter Berücksichtigung der möglichen Gefahren.
- Überprüfen Sie das Gerät und seine Teile vor dem Gebrauch. Verwenden Sie es nicht, wenn es beschädigt ist.
- Verwenden Sie das Produkt nicht in extrem heißen, kalten oder feuchten Umgebungen.
- Nicht in der Nähe von Wärmequellen wie Heizkörpern, Herden usw. aufstellen.
- Halten Sie es von Zündquellen fern.
- Das Produkt nicht in der Nähe von Wasser aufstellen, lagern oder verwenden.
- Achten Sie darauf, dass keine Feuchtigkeit mit den elektrischen Teilen in Berührung kommt.
- Berühren Sie das Gerät oder seinen Stecker niemals mit nassen Händen.
- Stellen Sie das Gerät auf eine harte, ebene Oberfläche.
- Achten Sie darauf, dass das Kabel sicher verlegt ist.
- Lassen Sie das Gerät nicht unbeaufsichtigt, wenn Sie es benutzen.
- Stecken Sie keine Fremdkörper in die Öffnungen des Geräts.
- Versuchen Sie nicht, das Produkt selbst zu reparieren, zu zerlegen oder zu verändern.
- Konsultieren Sie vor dem Gebrauch Ihren Hausarzt, wenn Sie sich Sorgen um Ihre Gesundheit machen.
- Brechen Sie den Gebrauch sofort ab und wenden Sie sich an Ihren Facharzt, wenn Sie Beschwerden oder Schmerzen verspüren.
- Behandeln Sie das Gerät mit Vorsicht.

### Kontraindikationen

Konsultieren Sie Ihren Haus- oder Facharzt, bevor Sie die Tageslichtlampe verwenden, wenn Sie:

- an einer schweren Depression leiden;
- anfällig für Migräneanfälle sind;
- Diabetes haben;
- unter hohem Blutdruck leiden;
- an einer Lichtempfindlichkeit der Haut (Photosensibilität) leiden;
- vor kurzem am Auge operiert wurden oder ein diagnostiziertes Augen- oder Netzhautleiden haben;
- bestimmte Medikamente einnehmen, z. B. Schmerzmittel, Antidepressiva, Psychopharmaka oder Malaria-tabletten.

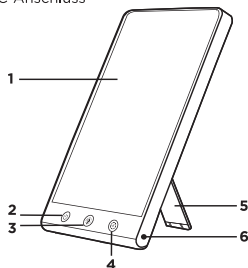
Anmerkung: Die Richtlinien in diesem Handbuch stellen keine medizinische Beratung für die Behandlung von Krankheiten dar. Wenn Ihr Hausarzt die Anwendung der Lichttherapie empfohlen hat, befolgen Sie seine Anweisungen und besprechen Sie alle Auswirkungen mit ihm.

### 2. Packungsinhalt

- Tageslichtlampe
- Netzadapter
- Handbuch

### 3. Teilebeschreibung

1. Leuchtschirm
2. Ein/Aus-Taste
3. Helligkeit
4. Timer
5. Standfuß
6. DC-Anschluss



### 4. Betrieb

1. Stellen Sie die Tageslichtlampe auf eine harte, flache Oberfläche und in die Nähe einer Wandsteckdose.
2. Schließen Sie das Gerät mit dem mitgelie-



- ferten Netzadapter an das Stromnetz an.
- Drücken Sie die Ein/Aus-Taste, um die Tageslichtlampe einzuschalten.
  - Wählen Sie mit den Tasten Helligkeit und Timer die gewünschten Einstellungen.
  - Stellen Sie sich so nah wie möglich an die Tageslichtlampe (ca. 50 cm). Während der Benutzung können Sie weiterhin Ihren täglichen Aktivitäten nachgehen, wie z. B. lesen, schreiben, telefonieren, usw.

#### Anmerkung:

- Schauen Sie nicht während der gesamten Anwendungszeit direkt in das Licht, da dies die Netzhaut überreizen kann.
- Während der Anwendung gilt: Je näher Sie sich an der Lampe befinden, desto kürzer ist die Anwendungszeit:

Abstand	Anwendungsdauer	Lichtstärke (Lux)
15 cm	0-30 Min.	10,000
30 cm	30-60 Min.	5,000
50 cm	60-120 Min.	3,000

#### Mögliche Nebenwirkungen

Bei manchen Menschen können Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen, Augenschmerzen, Schlafprobleme oder Übelkeit auftreten. Maßnahmen zur Vermeidung, Minimierung oder Abschwächung dieser Nebenwirkungen:

- Vergrößern Sie den Behandlungsabstand und schauen Sie nicht direkt in das Licht.
- Vermeiden Sie die Verwendung des Geräts am späten Abend oder kurz vor dem Schlafengehen.
- Setzen Sie das Gerät einige Tage aus, um die Nebenwirkungen abklingen zu lassen, und versuchen Sie es dann erneut.

#### 5. Wartung

- Ziehen Sie immer den Netzstecker und lassen Sie das Gerät abkühlen, bevor Sie es warten oder langfristig lagern.
- Reinigen Sie die Außenseite der Lampe bei Bedarf mit einem leicht feuchten Tuch. Trocknen Sie sie gründlich mit einem sauberen und weichen Tuch.
- Lagern Sie das Produkt immer innerhalb der vorgeschriebenen Lagertemperatur (-25 °C bis +70 °C).

#### 6. Technische Merkmale

Eingang	100-240 V 50/60 Hz
Ausgang	DC 24 V / 1A 24 W
Nennleistung	Max 16 W
LED	2835 0.2 W 72 Stück
Licht	10,000 Lux (± 10 %)
Lumen	800 lm (± 10 %)
Farbtemperatur	6000-65000 K
Betriebstemperatur	5-35 °C
Größe	235 x 147 x 16 mm

#### 7. Entsorgung

Entsorgen Sie den Artikel und das dazugehörige Verpackungsmaterial gemäß den geltenden örtlichen Vorschriften.



Elektronische und elektrische Geräte dürfen nach Europäischem Recht nicht im Hausmüll entsorgt werden.

Deren Bestandteile müssen getrennt der Wiederverwertung oder Entsorgung zugeführt werden, da bei unsachgemäßer Entsorgung gefährliche und giftige Bestandteile in die Umwelt gelangen und diese nachhaltig schädigen können. Als Verbraucher sind Sie nach dem Elektrogesetz (ElektroG) verpflichtet, elektrische und elektronische Geräte am Ende ihrer Lebensdauer an den Hersteller, die Verkaufsstelle oder an dafür eingerichtete, öffentliche Sammelstellen kostenlos abzugeben. Genau Einzelheiten hierzu regelt das jeweilige Landesrecht.



Die CE-Kennzeichnung ist eine Zertifizierungskennzeichnung, die die Konformität von Produkten, die in der Europäischen Union verkauft werden, mit den Gesundheits-, Sicherheits- und Umweltschutznormen anzeigt. Die CE-Kennzeichnung ist die Erklärung des Herstellers, dass das Produkt den Anforderungen der geltenden EG-Richtlinien entspricht.



Recycling dient der Verringerung des Ressourcenverbrauchs und der Umweltbelastung. Beachten Sie bei der Entsorgung der Verpackung die in Ihrem Land geltenden Umweltvorschriften.

Dziękujemy za zakup naszej lampy światła dziennego. Niniejsza instrukcja zawiera wskazówki dotyczące prawidłowego i bezpiecznego użytkowania tego urządzenia. Zapoznaj się z nią dokładnie przed pierwszym użyciem lampy i zachowaj ją na przyszłość, aby móc sięgnąć po nią w każdej chwili, gdy zajdzie taka potrzeba. Jeśli produkt trafi do innej osoby, pamiętaj, aby przekazać jej również niniejszą instrukcję.

### 1. Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa

- To urządzenie jest przeznaczone do ogólnego użytku domowego.
- Produkt nie jest przeznaczony do użytkowania przez dzieci lub osoby o ograniczonej sprawności fizycznej bądź umysłowej, a także przez osoby bez doświadczenia czy wiedzy, chyba że odbywa się to pod nadzorem osoby dorosłej i z uwzględnieniem wszelkich potencjalnych zagrożeń.
- Przed użyciem sprawdź urządzenie i jego części. Nie używaj w przypadku uszkodzenia.
- Nie używaj produktu w bardzo gorących, zimnych lub wilgotnych warunkach.
- Nie stawiaj w pobliżu źródeł ciepła, takich jak grzejniki, kuchenki itp.
- Trzymaj z dala od źródeł zapłonu.
- Nie stawiaj, nie przechowuj i nie używaj produktu w pobliżu wody.
- Zabezpiecz części elektryczne przed kontaktem z wilgocią.
- Nigdy nie dotykaj urządzenia ani jego wtyczki mokrymi rękami.
- Stawiaj na twardej, równej powierzchni.
- Trzymaj przewód z dala od zagrożeń.
- Nie pozostawiaj urządzenia bez nadzoru w trakcie użytkowania.
- Nie wkładaj obcych przedmiotów do otworów w urządzeniu.
- Nie próbuj samodzielnie naprawiać, demontować lub modyfikować produktu.
- Przed użyciem skonsultuj się z lekarzem pierwszego kontaktu, jeśli masz obawy, co do kwestii zdrowotnych.
- Natychmiast przerwij użytkowanie i skontaktuj się ze specjalistą, jeśli odczuwasz dyskomfort lub ból.
- Wskazana ostrożność w trakcie użytkowania.

### Przeciwwskazania

Zanim skorzystasz z lampy światła dziennego, skonsultuj się z lekarzem rodzinnym lub specjalistą, w przypadku gdy:

- cierpisz na ciężką depresję;
- miewasz ataki migreny;

- chorujesz na cukrzycę;
- masz wysokie ciśnienie krwi;
- masz wysoką wrażliwość skóry na światło (fotowrażliwość);
- przeszedłeś niedawno operację oczu lub masz zdiagnozowaną chorobę oczu lub siatkówki;
- przyjmujesz środki przeciwbólowe, leki antydepresyjne, psychotropowe lub tabletki na malarię.

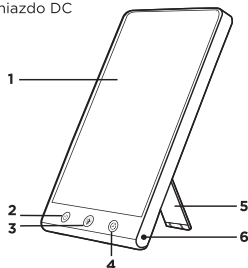
**Uwaga:** Wskazówki zawarte w tej instrukcji nie stanowią porady medycznej w zakresie leczenia jakichkolwiek schorzeń. Jeśli lekarz pierwszego kontaktu przepisał terapię światłem, postępuj zgodnie z jego zaleceniami i omów z nim ewentualne skutki uboczne.

### 2. Zawartość opakowania

- Lampa światła dziennego
- Zasilacz sieciowy
- Instrukcja użytkowania

### 3. Opis części

1. Ekran świetlny
2. Przycisk On/off
3. Jasność
4. Timer
5. Podstawa
6. Gniazdo DC



### 4. Obsługa

1. Postaw lampę światła dziennego na twardej, płaskiej powierzchni i w pobliżu gniazdka elektrycznego.
2. Podłącz urządzenie do prądu za pomocą załączonego zasilacza.
3. Naciśnij przycisk On/off, aby włączyć lampę światła dziennego.
4. Wybierz żądane ustawienia za pomocą przycisków Jasność i Timer.
5. Usiądź jak najbliżej lampy światła dziennego (w odległości ok. 50 cm). W trakcie korzystania z lampy możesz wykonywać

codzienne czynności, takie jak czytanie, pisanie, używanie telefonu itp.

#### Uwaga:

- Przez cały czas ekspozycji na światło nie należy patrzeć w nie bezpośrednio, gdyż może to podrażnić siatkówkę.
- Podczas użytkowania obowiązuje następująca zależność: im bliżej lampy, tym krótszy czas ekspozycji:

Odległość	Czas trwania ekspozycji	Światło odbierane (luksy)
15 cm	0-30 min.	10,000
30 cm	30-60 min.	5,000
50 cm	60-120 min.	3,000

#### Możliwe skutki uboczne

U niektórych osób mogą wystąpić działania niepożądane, takie jak bóle głowy, przemęczenie oczu, zaburzenia snu lub nudności. Środki mające na celu uniknięcie, zminimalizowanie lub złagodzenie wymienionych skutków ubocznych:

- Zwiększ odległość od lampy i nie patrz bezpośrednio w światło.
- Nie stosuj urządzenia późno w nocy lub tuż przed snem.
- Przerwij korzystanie z urządzenia na kilka dni, poczekaj, aż efekty uboczne ustąpią, a następnie spróbuj ponownie.

#### 5. Utrzymanie i konserwacja

- Przed konserwacją, a także dłuższym przechowywaniem zawsze odłączaj urządzenie od prądu i pozostaw do ostygnięcia.
- W razie potrzeby przetrzyj zewnętrzną stronę lampy lekko wilgotną szmatką. Wytrzyj do sucha czystą, miękką szmatką.
- Zalecane warunki przechowywania urządzenia - w temp. od -25 °C do +70 °C.

#### 6. Specyfikacja techniczna

Wejście	100-240 V 50/60 Hz
Wyjście	DC 24 V / 1A 24 W
Moc znamionowa	Maks. 16 W
LED	2835 0.2 W 72 szt.
Światło	10,000 lux (± 10 %)
Lumen	800 lm (± 10 %)
Temperatura barwowa	6000-65000 K
Temperatura robocza	5-35 °C
Wymiary	235 x 147 x 16 mm

#### 7. Utylizacja

Zutylizuj wyrób i jego opakowanie zgodnie z obowiązującymi lokalnymi przepisami.



Symbol przekreślonego kołowego kontenera na odpady oznacza, że tego produktu nie można wyrzucać wraz z innymi odpadami

gospodarstwa domowego. Ze względu na obecność niebezpiecznych substancji, mieszanin lub części składowych urządzenia elektryczne i elektroniczne, niepodlegające procesowi selektywnego sortowania są potencjalnie niebezpieczne dla środowiska i zdrowia ludzi. Produkt należy zutylizować w sposób odpowiedzialny w zatwierdzonym zakładzie utylizacji odpadów lub recyklingu.



Oznakowanie „CE” potwierdza zgodność z normami BHP i ochrony środowiska odnoszącymi się do produktów sprzedawanych w Unii Europejskiej. Umieszczając na produkcie oznakowanie „CE”, producent deklaruje jego zgodność z wymaganiami stosownych dyrektyw WE.



Recykling pomaga zmniejszyć zużycie zasobów i zmniejszyć negatywny wpływ na środowisko. Jeśli chcesz wyrzucić opakowanie, postępuj zgodnie z przepisami dotyczącymi ochrony środowiska w swoim kraju.

Gracias por comprar nuestra Lámpara diurna. Este manual proporcionará instrucciones para un uso eficaz y seguro del producto. Por favor, léalo detenidamente antes de utilizarlo y guarde el manual en un lugar seguro para futuras consultas. Si alguna vez pasa el producto a otras personas, este manual debe incluirse.

### 1. Instrucciones de seguridad

- Este aparato está diseñado para ser utilizado únicamente en interiores.
- El producto no está destinado a ser utilizado por niños o por personas con capacidades físicas o mentales reducidas, o con falta de experiencia o conocimientos, pero sólo bajo supervisión de un adulto y teniendo en cuenta los posibles riesgos.
- Antes de su uso, inspeccione el dispositivo y sus partes. No lo utilice en caso de daños.
- No use el producto en ambientes extremadamente calientes, fríos o húmedos.
- No lo coloque cerca de fuentes de calor como radiadores, cocinas, etc.
- Mantener alejado de fuentes de ignición.
- No coloque, almacene o utilice el producto cerca del agua.
- No permita que la humedad entre en contacto con ninguna pieza eléctrica.
- Nunca toque el dispositivo o su enchufe con las manos húmedas.
- Coloque el producto sobre una superficie dura y nivelada.
- Mantenga el cable fuera de peligro.
- No deje el producto sin vigilancia cuando esté en uso.
- No introduzca ningún objeto extraño en ninguna de las aberturas del aparato.
- No intente reparar, desmontar o alterar el producto.
- Consulte a su médico de cabecera antes de usarlo si le preocupan los problemas de salud.
- Deje de usarlo inmediatamente y póngase en contacto con su especialista, si experimenta alguna molestia o dolor.
- Maneje con cuidado.

### Contraindicaciones

Consulte a su médico o especialista antes de usar la lámpara diurna si:

- sufre de depresión severa;
- es propenso a los ataques de migraña;
- tiene diabetes;
- sufre de presión arterial alta;
- sufre de sensibilidad de la piel a la luz (fotosensibilidad);
- ha tenido una cirugía ocular reciente o

tiene un diagnóstico de afección ocular o de la retina;

- está tomando medicamentos específicos, como analgésicos, antidepresivos, psicotrópicos o tabletas contra la malaria.

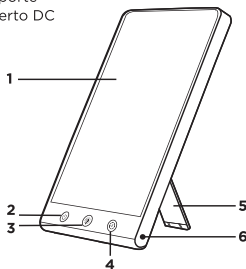
**Nota:** Las pautas de este manual no constituyen un consejo médico para el tratamiento de ninguna afección. Si su médico de cabecera ha sugerido el uso de terapia de luz, siga sus instrucciones y discuta cualquier efecto con ellos.

### 2. Contenido del paquete

- Lámpara diurna
- Adaptador de red
- Manual

### 3. Descripción de las partes

1. Pantalla de la luz
2. Botón de encendido/apagado
3. Brillo
4. Temporizador
5. Soporte
6. Puerto DC



### 4. Funcionamiento

1. Coloque la lámpara diurna en una superficie dura y plana y cerca de un enchufe de pared.
2. Conecte el dispositivo a la red eléctrica con el adaptador de red suministrado.
3. Presione el botón «On/Off» para encender la Lámpara diurna.
4. Seleccione la configuración deseada utilizando los botones Brillo y Temporizador.
5. Colóquese lo más cerca posible de la lámpara diurna (aprox. 50 cm). Durante el uso, puede continuar realizando sus actividades diarias, como leer, escribir, usar el teléfono, etc.

### Nota:

- No mire directamente a la luz durante todo el tiempo de aplicación, ya que puede sobreestimar la retina.

- Durante el uso, se aplica lo siguiente, cuanto más cerca esté de la lámpara, más corto será el tiempo de aplicación:

Distancia	Duración de la aplicación	Luz recibida (lux)
15 cm	0-30 min.	10,000
30 cm	30-60 min.	5,000
50 cm	60-120 min.	3,000

### Efectos secundarios posibles

Algunas personas pueden experimentar efectos secundarios, como dolores de cabeza, fatiga ocular, problemas para dormir o náuseas. Medidas para evitar, minimizar o aliviar estos efectos secundarios:

- Aumente la distancia de tratamiento y no mire directamente a la luz.
- Evite usar el dispositivo a altas horas de la noche o justo antes de acostarse.
- Deje de usar el dispositivo durante unos días para dejar que los efectos secundarios desaparezcan y vuelva a intentarlo.

### 5. Mantenimiento

- Desenchufe siempre y deje que el dispositivo se enfríe antes de realizar el mantenimiento y antes de almacenar a largo plazo.
- Si es necesario, limpie la parte externa del lámpara con un paño ligeramente húmedo. Seque por completo con una paño limpio y suave.
- Almacene siempre el producto dentro de la temperatura de almacenamiento prescrita (-25 °C a +70 °C).

### 6. Especificaciones técnicas

Entrada	100-240 V 50/60 Hz
Salida	CC 24 V / 1A 24 W
Potencia nominal	Máx. 16 W
LED	2835 0,2 W 72 piezas
Luz	10.000 lux (± 10 %)
Lumen	800 lm (± 10 %)
Temperatura del color	6000-65000 K
Temperatura de funcionamiento	5-35 °C
Tamaño	235 x 147 x 16 mm

### 7. Desechar

Deseche el artículo y los materiales de embalaje de acuerdo con las normativas locales vigentes.



El símbolo del contenedor de basura tachado significa que este producto no debe eliminarse con los residuos domésticos normales. Los aparatos electrónicos y eléctricos no incluidos en el proceso de clasificación selectiva son potencialmente peligrosos para el medio ambiente y la salud humana debido a la presencia de sustancias peligrosas. Por favor, deséchelos de forma responsable en una instalación de residuos o de reciclaje autorizada.



El marcado CE es una marca de certificación que indica la conformidad con las normas de salud, seguridad y protección del medio ambiente de los productos vendidos en la Unión Europea. El marcado CE es la declaración del fabricante de que el producto cumple los requisitos de las directivas CE aplicables.



El reciclaje ayuda a reducir el consumo de recursos y reduce el impacto ambiental. Si desea deshacerse del embalaje, debe cumplir con la legislación medioambiental de su país.



El Green Dot (Punto Verde) significa que para tales envases se ha pagado una contribución financiera a una organización nacional de recuperación de envases calificada, establecida de acuerdo con los principios definidos en la Directiva del Parlamento Europeo y del Consejo 94/62 relativa a los envases y residuos de envases y la legislación nacional respectiva.

Grazie per aver acquistato la nostra lampada diurna. Il presente manuale fornisce le istruzioni per un uso efficace e sicuro del prodotto. Si prega di leggerlo attentamente prima dell'uso e di conservarlo in un luogo sicuro per future consultazioni. Se il prodotto viene ceduto ad altri, questo manuale deve essere incluso.

### 1. Istruzioni di sicurezza

- Questo dispositivo è progettato per un uso domestico generale.
- Il prodotto non è destinato all'uso da parte di bambini o di persone con ridotte capacità fisiche o mentali, o con mancanza di esperienza o conoscenza, ma solo sotto la supervisione di un adulto e tenendo conto di eventuali pericoli.
- Prima dell'uso, ispezionare il dispositivo e le sue parti. Non utilizzare in caso di danni.
- Non utilizzare il prodotto in ambienti estremamente caldi, freddi o umidi.
- Non collocare in prossimità di fonti di calore come termosifoni, fornelli, ecc.
- Tenere lontano da fonti di accensione.
- Non collocare, conservare o utilizzare il prodotto in prossimità dell'acqua.
- Non lasciare che l'umidità entri in contatto con le parti elettriche.
- Non toccare mai il dispositivo o la sua spina con le mani bagnate.
- Posizionare il prodotto su una superficie dura e piana.
- Tenete il cavo lontano da ogni pericolo.
- Non lasciare il prodotto incustodito quando è in uso.
- Non inserire oggetti estranei in nessuna apertura del dispositivo.
- Non tentare di riparare, smontare o alterare il prodotto da soli.
- Consultare il medico di famiglia prima dell'uso se si temono problemi di salute.
- Interrompere immediatamente l'uso e contattare lo specialista in caso di disturbi o dolori.
- Maneggiare con cura.

### Controindicazioni

Prima di utilizzare la lampada diurna, consultare il medico di famiglia o uno specialista se:

- si soffre di depressione grave;
- si è soggetti ad attacchi di emicrania;
- si ha il diabete;
- si soffre di pressione alta;
- si soffre di sensibilità cutanea alla luce (fotosensibilità);

- si avete subito un recente intervento chirurgico agli occhi o hanno una patologia oculare o retinica diagnosticata;
- assumete farmaci specifici, come antidolorifici, antidepressivi, psicofarmaci o compresse contro la malaria.

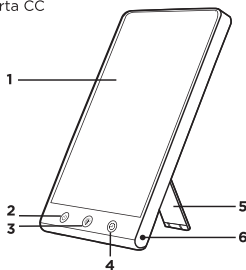
**Nota:** le indicazioni contenute in questo manuale non costituiscono un consiglio medico per il trattamento di alcuna patologia. Se il vostro medico di famiglia vi ha suggerito l'uso della terapia della luce, seguite le sue istruzioni e discutete con lui gli eventuali effetti.

### 2. Contenuto della confezione

- Lampada a luce diurna
- Adattatore di rete
- Manuale

### 3. Descrizione delle parti

1. Schermo luminoso
2. Pulsante di accensione/spegnimento
3. Luminosità
4. Timer
5. Stand
6. Porta CC



### 4. Funzionamento

1. Posizionare la lampada diurna su una superficie dura e piana e vicino a una presa di corrente.
2. Collegare il dispositivo alla rete elettrica con l'adattatore di rete in dotazione.
3. Premere il pulsante On/Off per accendere la lampada diurna.
4. Selezionare le impostazioni desiderate utilizzando i pulsanti Luminosità e Timer.
5. Posizionarsi il più vicino possibile alla lampada diurna (circa 50 cm). Durante l'uso, è possibile continuare a svolgere le proprie attività quotidiane, come leggere, scrivere, usare il telefono, ecc.

**Nota:**

- Non guardare direttamente la luce per tutto il tempo dell'applicazione, perché potrebbe sovrastimolare la retina.
- Durante l'uso, vale quanto segue: più si è vicini alla lampada, più breve è il tempo di applicazione:

Distanza	Durata dell'applicazione	Luce ricevuta (lux)
15 cm	0-30 min.	10,000
30 cm	30-60 min.	5,000
50 cm	60-120 min.	3,000

**Possibili effetti collaterali**

Alcuni soggetti possono manifestare effetti collaterali, come mal di testa, stanchezza oculare, disturbi del sonno o nausea. Misure per evitare, minimizzare o alleviare questi effetti collaterali:

- Aumentare la distanza di trattamento e non guardare direttamente la luce.
- Evitare di utilizzare il dispositivo a tarda sera o poco prima di andare a letto.
- Interrompere l'uso del dispositivo per alcuni giorni per far scomparire gli effetti collaterali e poi riprovare.

**5. Manutenzione**

- Scollegare sempre la spina e lasciare raffreddare il dispositivo prima di eseguire la manutenzione e prima di conservarlo a lungo.
- Se necessario, pulire l'esterno della lampada con un panno leggermente umido. Asciugare accuratamente con un panno pulito e morbido.
- Conservare sempre il prodotto entro la temperatura di conservazione prescritta (da -25 °C a +70 °C).

**6. Specifiche tecniche**

Ingresso	100-240 V 50/60 Hz
Uscita	DC 24 V / 1A 24 W
Potenza nominale	Max 16 W
LED	2835 0,2 W 72 pezzi
Luce	10.000 lux (± 10 %)
Lumen	800 lm (± 10 %)
Temperatura di colore	6000-65000 K
Temperatura di esercizio	5-35 °C
Dimensione	235 x 147 x 16 mm

**7. Smaltimento**

Si prega di smaltire l'articolo e i materiali di imballaggio in conformità con le normative locali vigenti.



Il simbolo del cassonetto barrato riportato sull'apparecchiatura indica che questo prodotto non deve essere smaltito con i normali rifiuti

domestici. I dispositivi elettronici ed elettrici non inclusi in un processo di smistamento sono potenzialmente pericolosi per l'ambiente e la salute umana a causa della presenza di sostanze pericolose. Si prega di smaltire in modo responsabile presso centri idonei di raccolta differenziata.



La marcatura CE è un marchio di certificazione che indica la conformità agli standard di salute, sicurezza e protezione ambientale per i prodotti venduti all'interno dell'Unione Europea. La marcatura CE costituisce la dichiarazione del fabbricante secondo cui il prodotto soddisfa i requisiti previsti dalle direttive CE pertinenti.



Il riciclaggio aiuta a ridurre il consumo di risorse e l'impatto ambientale. Se vuoi smaltire l'imballaggio, devi rispettare la legislazione ambientale del tuo paese.



[www.silvergear.eu](http://www.silvergear.eu)



Overschiestraat 63  
1062 XD Amsterdam  
The Netherlands  
[info@silvergear.eu](mailto:info@silvergear.eu)



art. no. 1577  
batch no. 22728

