


ENG | FRA | DEU | ESP | ITA | NED | POL | SVE | NOR | DAN | FIN

Safety

Read instructions for use. 

If the unit is damaged, please contact Lumie before use.

Keep away from water and damp. 

For indoor use only. 


The unit gets warm when the light is on, so make sure that it is not covered.

Use only the mains power adaptor supplied.

Keep the mains power adaptor and cable away from heated surfaces. If either are damaged, they should be replaced with an approved Lumie product.

This appliance does not have a ON/OFF switch. To power down or reset, remove the mains power adaptor from the wall socket. You should therefore ensure the socket is easily accessible.

Only to be used by adults and children over 7 years old. Children using the light, or playing near it, should be supervised.

Caution – do not attempt to service or modify any part of the unit. 

If the unit has been stored outside the recommended operating temperature range (5 °C to 35 °C), allow it to stand for at least 1 hour before applying power to avoid condensation or overheating.


The light source contained in this luminaire shall only be replaced by Lumie or an authorised Lumie distributor.

Electromagnetic compatibility

Electrostatic discharge may affect the working of this product. If this occurs, simply switch off for at least 10 seconds and the unit will reset.

Task uses a touch sensor to control the light. In rare situations, external conditions may trigger the touch sensor. This can occasionally cause the light to vary in intensity or turn on or off. If this happens, use the touch interface to set the light to the previous level. Task will continue to operate normally and remains safe to use.

Disposal

Do not throw out the mains power adaptor or the unit with normal domestic waste. Take them to an official recycling point to be disposed of responsibly. 

WARNING!

Check with your doctor before using this product if any of the following apply:

You have a major eye problem or have had eye surgery;

You have been advised to avoid bright light or are taking medication that may cause photosensitivity;

You have been diagnosed with depression or other mood/sleep disorders. This is especially important if you are also taking medication for this, since light therapy can affect your mood.

Introduction

Task is a professional bright light therapy task lamp that closely mimics natural daylight to help optimise your mood, enhance alertness and productivity as well as support your vision.

Task's high-performance broad-spectrum LEDs are gentle on the eyes while delivering effective light therapy, so you stay focused, energised and positive. True colour rendering and clear contrast allow you to see details, text and textures as they really are, making it easier to read or work on design, craft and art projects.

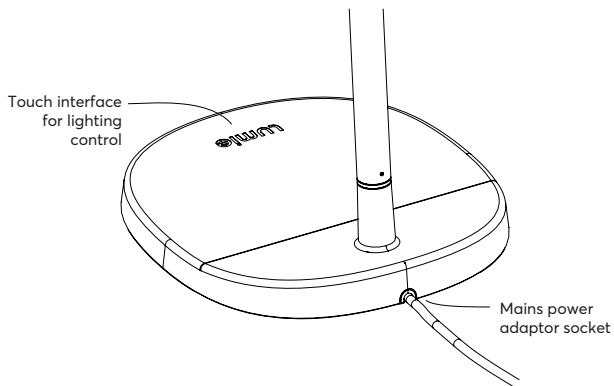
Colour temperature: 5000 K

Colour rendering index: 95

At maximum brightness, Task delivers 10 000 lux at 15 cm.

Please read these instructions carefully to get the most out of Task.

Out of the box



- Connect the mains power adaptor to the socket in the base of the unit.
- Position Task on a flat surface.
- Plug in at the mains.

The Lumie touch interface briefly illuminates whilst the sensor is calibrating.

Task is now ready to use.

Note: If you are using Task and the touch interface doesn't seem to be working properly, repeat the last steps and make sure you don't press the touch interface whilst the sensor is calibrating.

Lighting control

The light is controlled by the touch interface.



lumie

- Slide your finger across the touch interface.

When using the touch interface, the letters light up individually to indicate brightness.

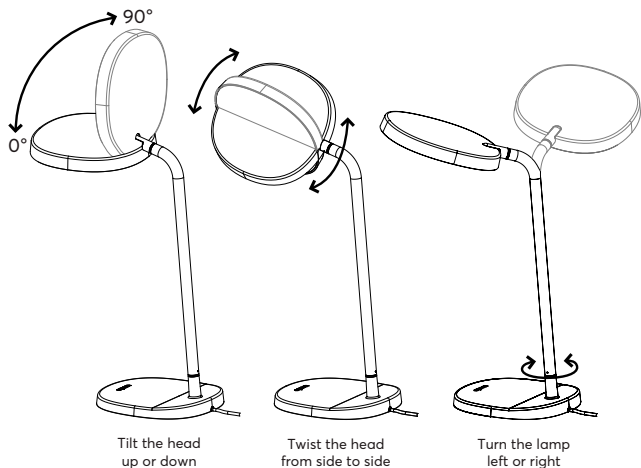
- Slide right past the 'e' for full brightness.
- Slide left past the 'l' to turn off.
- Or lift your finger anywhere in between.

Now, the whole 'lumie' interface lights up if the light is on (at any brightness) and is off if the light is off.

Task lighting

Task is a highly adjustable task light with a small footprint for use in your office, workshop or studio.

Daylight-simulating LEDs provide excellent contrast for reading and finely detailed work and can help reduce eye-strain. Viewing artwork and creative projects under natural conditions will bring out the true colours and show your designs at their best.



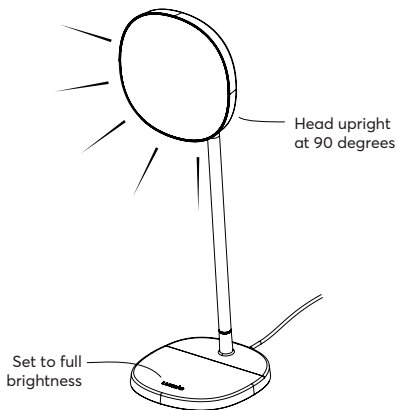
Angle Task towards your face for bright light therapy whilst you're getting on with something else.

Note: Do not push the head past 90 degrees or you may damage the product.

Task for bright light therapy

Sunlight is a natural mood-booster, influencing body chemistry (e.g. melatonin and serotonin levels). If you're not getting enough exposure to daylight, bright light therapy with Task is the next best thing, putting you in a better mood, boosting energy and helping you to feel more alert. It can also help relieve the symptoms of winter blues.

- Make sure the light is at maximum brightness.
- Position Task at arm's length (about 50 cm) with the light angled towards your face.



Although you don't need to stare at it, the light must reach your eyes to have any effect. This means you

can use Task whilst reading, working on your laptop, crafting etc.

How often?

For wellbeing support

Your body's natural rhythms, which influence mood, sleep and general wellbeing, are governed by how much light (natural and artificial) you're exposed to.

Task mimics the colour and intensity of natural light, so if you're indoors, a bright light therapy session works quickly to improve mood, energy, focus and performance. Used daily, Task can encourage a more regular sleep/wake pattern, making it easier to get to sleep and wake up feeling more refreshed.

For winter blues

Look out for early signs of winter blues in Sept/Oct and if you start feeling more tired, anxious or irritable, start using Task. As spring comes around, you can cut back on your bright light sessions. If symptoms return, simply use Task again for a few days.

When?

If you're using Task to help with the winter blues, bright light in the morning is most effective so try that first. For some people, early evening light exposure is beneficial.

I find it difficult to get going in the morning

Switch on Task as soon as you can. If you don't have much time in the morning, then you should aim for a top-up or full session in the afternoon.

I feel sleepy or fall asleep too early

Use Task in the late afternoon/early evening. It's best to avoid bright light too close to bedtime - within about three hours - as you may find it difficult to get to sleep.

How long?

With the light at full brightness, you're getting the maximum benefit so position Task at arm's length (approx. 50 cm) and start with 30 minutes a day (1 500 lux). You may find this is enough but if you don't notice much of an effect, increase your exposure each day until you find something that works for you.

If you're more comfortable with Task positioned further away, then less light will reach your eyes and you'll need to use it for longer.

Similarly, if you're using Task at reduced brightness, then less light will reach your eyes and you'll need to use it for longer.

There's no harm in using the light for longer than suggested. You can get your bright light therapy all in one go or use Task on-and-off throughout the day for a cumulative effect.

If you find your eyes ache slightly, try using it further away, reduce the brightness or switch off for a while.

Whether you're using Task for winter blues, or for general wellbeing, once you've found a pattern that's right for you try to use it around the same time every day.

Maintenance

Clean only with a dry or lightly moistened cloth.
Always unplug the unit first and let it cool if necessary.

Replacement mains power adaptors are available from Lumie.

LED lifetime

The LEDs in this product will typically last for many years, even with several hours use a day.

Warranty

This unit is covered under warranty against any manufacturing defect for 3 years from the date of purchase. This is in addition to your statutory rights. If you need to return the product for servicing, use the original packaging (including internal packing) if possible. Make sure the mains power adaptor is prevented from moving in transit and damaging the unit. If the unit is received damaged, through misuse or accidental damage, then we may have to charge to repair it; we will contact you first. Please contact Lumie for further advice.

 Serial number (see base of unit)

 Importer

Technical description

Subject to change without notice.

Lumie Task

Detachable accessory: Mains power adaptor (supplied)

Rated Input: 220–240 V AC, 50 Hz, 0.8 A max. (PF > 0.9)

Rated Output: 12 V \approx 2 A (24 W)

Operating conditions:

Temperature: 5 °C to 35 °C

Relative humidity: 15% to 93% (non-condensing)

Atmospheric pressure: 70 kPa to 106 kPa

Storage/transport conditions:

Temperature: -25 °C to +70 °C

Relative humidity: 15% to 93% (non-condensing)

Atmospheric pressure: 25 kPa to 106 kPa


This product contains a light source of energy efficiency class F.

 European Declaration of Conformity

 UK Conformity Assessed

Contact us

If you have any questions or problems regarding this product, or have suggestions that you feel could help us improve our products or service please email info@lumie.com.

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

Lumie is a registered trademark of:
Outside In (Cambridge) Limited, incorporated in
England and Wales.
Registered Number: 2647359.

VAT No:

GB 880 9837 71 (UK)


NL 826301381B01 (EU)




task



Sécurité

Lisez le mode d'emploi. 

Si l'appareil est endommagé, contactez Lumie avant de l'utiliser.

Maintenez-le à l'abri de l'eau et de l'humidité. 

Pour un usage intérieur uniquement. 

L'appareil devient chaud lorsqu'il est allumé. Veillez à ce qu'il ne soit pas couvert.

Utilisez uniquement l'adaptateur secteur fourni.

Maintenez l'adaptateur secteur et le câble à l'écart des surfaces chauffées. Si l'un d'eux est endommagé, il doit être remplacé par un produit Lumie agréé.

Cet appareil n'est pas équipé d'un interrupteur ON/OFF. Pour éteindre l'appareil ou le redémarrer, débranchez l'adaptateur secteur de la prise murale. Vous devez donc veiller à ce que la prise soit facilement accessible.

Utilisation réservée aux adultes et aux enfants de plus de 7 ans. Les enfants qui utilisent cette lampe ou jouent à proximité doivent être surveillés.

Attention : n'essayez pas de réparer ni de modifier des pièces de l'appareil. 

Si l'appareil a été entreposé à une température hors de la plage recommandée pour son fonctionnement (de 5 °C à 35 °C), attendez au moins une heure avant de le mettre sous tension pour éviter toute condensation ou surchauffe.

La source lumineuse contenue dans ce luminaire ne peut être remplacée que par Lumie ou l'un de ses distributeurs agréés.

Compatibilité électromagnétique

Une décharge électrostatique peut affecter le fonctionnement de ce produit. Si cela arrive, il suffit de mettre l'appareil hors tension pendant au moins 10 secondes pour le réinitialiser.

Task utilise un capteur tactile pour contrôler la lumière. Dans des cas exceptionnels, des conditions extérieures peuvent déclencher le capteur tactile. Cela peut occasionnellement faire varier l'intensité de la lumière, voire l'allumer ou l'éteindre. Si cela se produit, utilisez l'interface tactile pour régler l'intensité de la lumière au niveau d'avant. Task continuera à fonctionner normalement et son utilisation reste sûre.

Jeter l'appareil

Ne jetez pas l'adaptateur secteur ou l'appareil avec les ordures ménagères ordinaires. Déposez-les de manière responsable dans un point de recyclage officiel.

**ATTENTION !**

Consultez votre médecin avant d'utiliser ce produit si l'une des situations suivantes s'applique :

Vous souffrez d'un problème de vue important ou avez subi une opération des yeux ;

On vous a conseillé d'éviter la lumière vive ou vous prenez des médicaments photosensibilisants ;

On vous a diagnostiqué une dépression ou d'autres troubles de l'humeur ou du sommeil. Cela est particulièrement important si vous prenez des médicaments, car la luminothérapie peut également affecter votre humeur.

Introduction

Task est une lampe professionnelle de luminothérapie qui reproduit fidèlement la lumière naturelle du jour pour vous aider à optimiser votre humeur, à améliorer votre vigilance et votre productivité et à soutenir votre vision.

Les LED haute performance à large spectre de Task sont douces pour les yeux tout en offrant une luminothérapie efficace, pour que vous restiez concentré, énergisé et positif. Un contraste marqué et un rendu fidèle des couleurs vous permettent de percevoir les détails, les textes et les textures tels qu'ils sont réellement, ce qui facilite la lecture ou le travail sur des projets de conception, d'artisanat et d'art.

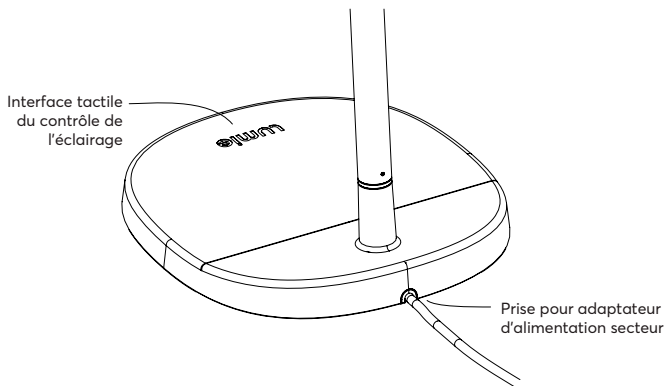
Température de couleur : 5000 K

Indice de rendu des couleurs : 95

À sa luminosité maximale, Task émet 10 000 lux à 15 cm.

Veuillez lire attentivement ces instructions pour tirer le meilleur parti de Task.

Contenu



- Branchez l'adaptateur secteur sur la prise à la base de l'appareil.
- Placez Task sur une surface plane.
- Branchez-la sur le secteur.

L'interface tactile Lumie s'illumine brièvement pendant le calibrage du capteur.

Task est maintenant prêt à être utilisée.

Remarque : Si vous utilisez Task et que l'interface tactile ne semble pas fonctionner correctement, répétez les étapes précédentes en prenant garde à ne pas appuyer sur l'interface tactile pendant le calibrage du capteur.

Contrôle de l'éclairage

La lumière est contrôlée par l'interface tactile.

lumie

- Faites glisser votre doigt sur l'interface tactile.

Lorsque vous utilisez l'interface tactile, les lettres s'allument individuellement pour indiquer la luminosité.

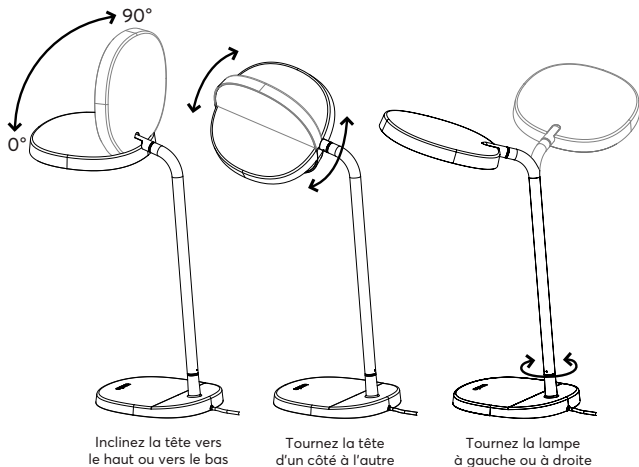
- Faites glisser le curseur vers la droite au-delà du « e » pour une luminosité maximale.
- Faites glisser le curseur vers la gauche au-delà du « l » pour éteindre.
- Ou levez votre doigt n'importe où entre les deux.

Maintenant, toute l'interface « lumie » s'allume si la lumière est allumée (quelle que soit la luminosité) et s'éteint si la lumière est éteinte.

Éclairage d'appoint

Task est une lampe d'appoint hautement réglable avec un faible encombrement pour une utilisation sur votre bureau, dans votre atelier ou votre studio. Les LED simulant la lumière du jour offrent un excellent contraste pour la lecture et les travaux de précision

et contribuent à réduire la fatigue oculaire. La visualisation des œuvres d'art et des projets créatifs dans des conditions naturelles permet de faire ressortir les véritables couleurs et de montrer vos créations sous leur meilleur jour.



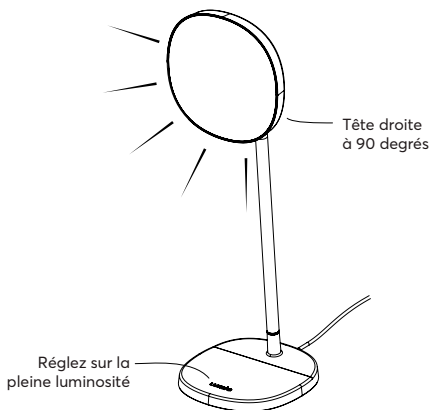
Orientez Task vers votre visage pour une séance de luminothérapie pendant que vous vous occupez d'autre chose.

Remarque : Ne poussez pas la tête au-delà de 90 degrés, car vous risqueriez d'endommager le produit.

Task pour la luminothérapie

La lumière du soleil est un stimulant naturel de l'humeur, qui influence directement la chimie du corps (notamment les niveaux de mélatonine et de sérotonine). Si vous n'êtes pas suffisamment exposé à la lumière du jour, la luminothérapie avec Task est la meilleure solution, car elle vous met de meilleure humeur, vous donne de l'énergie et vous aide à vous sentir plus alerte. Elle peut aussi contribuer à atténuer les symptômes de la dépression saisonnière.

- Assurez-vous que la luminosité est réglée sur le maximum.
- Placez votre Task à bout de bras (environ 50 cm), et orientez la lumière vers votre visage.



Même sans que vous ne la fixiez directement, la lumière doit atteindre vos yeux pour exercer son effet. Vous pouvez donc utiliser Task pour lire, pour travailler sur votre ordinateur, pour bricoler, etc.

À quelle fréquence ?

Pour améliorer le bien-être

Les rythmes naturels de votre corps, qui influencent votre humeur, votre sommeil et votre bien-être général, dépendent de la quantité de lumière (naturelle et artificielle) à laquelle vous êtes exposé.

Task imite la couleur et l'intensité de la lumière naturelle, donc si vous êtes à l'intérieur, une séance de luminothérapie agit rapidement pour améliorer l'humeur, l'énergie, la concentration et les performances. Utilisée quotidiennement, Task peut favoriser un rythme de sommeil et d'éveil plus régulier, facilitant ainsi l'endormissement et le réveil.

Pour la déprime saisonnière

Soyez attentif à l'apparition des premiers symptômes de déprime saisonnière dès septembre/octobre. Si vous commencez à vous sentir plus fatigué, anxieux ou irritable, commencez à utiliser Task. Au printemps, vous pouvez réduire vos séances de lumière vive. Si les symptômes réapparaissent, il suffit d'utiliser à nouveau Task pendant quelques jours.

Quand ?

Si vous utilisez Task pour lutter contre la dépression saisonnière, commencez par des séances de luminothérapie le matin afin de maximiser les effets. Certaines personnes tirent de grands bénéfices de l'exposition à la lumière en début de soirée.

J'ai du mal à démarrer le matin

Allumez Task dès que vous le pouvez. Si vous n'avez pas beaucoup de temps le matin, envisagez une séance complémentaire ou complète l'après-midi.

J'ai sommeil ou je m'endors trop tôt

Utilisez Task en fin d'après-midi ou en début de soirée. Il est préférable d'éviter une lumière vive trop près de l'heure du coucher (environ trois heures avant) car vous risqueriez d'avoir du mal à vous endormir.

Combien de temps ?

C'est au maximum de l'intensité lumineuse que vous en bénéficiez le plus. Positionnez donc Task à une distance équivalente à celle de votre bras (environ 50 cm) et commencez par 30 minutes par jour (1 500 lux). Cela vous suffira peut-être, mais si vous ne remarquez aucun effet significatif, augmentez votre temps d'exposition chaque jour jusqu'à trouver la durée qui vous convienne.

Si vous vous sentez plus à l'aise lorsque Task est placée plus loin, moins de lumière atteindra vos yeux et vous devrez prolonger le temps d'exposition.

De la même manière, si vous vous sentez plus à l'aise en réglant la luminosité de Task sur une intensité plus faible, moins de lumière atteindra vos yeux et vous devrez prolonger le temps d'exposition.

Une exposition prolongée ne présente aucun danger. Vous pouvez choisir de concentrer l'exposition en une seule séance ou d'utiliser Task à intervalles réguliers tout au long de la journée pour un effet cumulatif.

Si vous avez un peu mal aux yeux, essayez de le placer plus loin, de réduire la luminosité ou de l'éteindre pendant quelque temps.

Que vous utilisiez Task pour lutter contre la déprime saisonnière ou pour améliorer votre bien-être général,

une fois que vous avez trouvé une fréquence qui vous convient, essayez de l'utiliser à peu près à la même heure chaque jour.

Entretien

Nettoyez uniquement avec un chiffon sec ou légèrement humidifié. Débranchez toujours l'appareil en premier et laissez-le refroidir si nécessaire.

Les adaptateurs d'alimentation secteur de rechange sont disponibles auprès de Lumie.

Durée de vie des LED


Les LEDs contenues dans ce produit sont conçues pour durer plusieurs années, même en cas d'utilisation quotidienne sur plusieurs heures.

Garantie

L'appareil est garanti contre tout défaut de fabrication pendant 3 ans à compter de la date d'achat. Cette garantie s'ajoute à vos droits prévus par la loi.

Si vous devez rendre votre appareil pour le faire réparer, renvoyez-le si possible dans son emballage d'origine (y compris l'emballage interne). Veillez à ce que l'adaptateur secteur ne puisse pas se déplacer pendant le transport et endommager l'appareil.

Si nous recevons l'appareil abîmé, en raison d'une mauvaise utilisation ou d'un dommage accidentel, il est possible que nous vous facturions la réparation. Nous vous contacterons préalablement si tel est le cas. Pour tout autre conseil, veuillez contacter Lumie.

 Numéro de série (voir dessous de l'appareil)

 Importateur

Description technique

Sous réserve de modification sans préavis.

Lumie Task

Accessoire amovible : adaptateur secteur (fourni)

Entrée nominale : 220–240 V AC, 50 Hz, 0,8 A max. (PF > 0,9)

Sortie nominale : 12 V \equiv 2 A (24 W)

Conditions de fonctionnement :

Température : de 5 °C à 35 °C

Humidité relative : 15 % à 93 % (sans condensation)

Pression atmosphérique : 70 kPa à 106 kPa

Conditions d'entreposage/de transport :

Température : de -25 °C à +70 °C

Humidité relative : 15 % à 93 % (sans condensation)

Pression atmosphérique : 25 kPa à 106 kPa


Ce produit contient une source lumineuse de classe d'efficacité énergétique F.

CE Déclaration de conformité européenne

**UK
CA** Conforme aux normes en vigueur au
Royaume-Uni

Contactez-nous

Si vous avez des questions ou des problèmes concernant ce produit, ou si vous souhaitez nous faire part de suggestions susceptibles d'améliorer nos produits ou nos services, veuillez envoyer un e-mail à info@lumie.com.

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

Lumie est une marque déposée de :
Outside In (Cambridge) Limited, enregistrée en Angleterre et au Pays de Galles.
Numéro d'enregistrement : 2647359.

N° de TVA :

GB 880 9837 71 (UK)


NL 826301381B01 (EU)



task




Sicherheit

Lesen Sie die Bedienungsanleitung. 

Sollte das Produkt beschädigt sein, wenden Sie sich bitte vor Gebrauch an Lumie.

Von Wasser und Feuchtigkeit fernhalten. 

Nur für den Gebrauch in Innenräumen bestimmt. 


Wenn das Licht eingeschaltet ist, wird das Gerät warm. Stellen Sie daher sicher, dass es nicht abgedeckt ist.

Das Gerät nur mit dem mitgelieferten Netzteil verwenden.

Netzteil und Kabel von beheizten Oberflächen fernhalten. Sollten Netzteil oder Kabel beschädigt sein, müssen sie durch ein Lumie-Produkt ersetzt werden.

Dieses Gerät verfügt nicht über einen EIN/AUS-Schalter. Wenn Sie das Gerät komplett abschalten oder zurücksetzen möchten, müssen Sie den Netzstecker ziehen. Achten Sie deshalb darauf, dass die Steckdose leicht zugänglich ist.

Nutzung nur durch Erwachsene und Kinder, die älter als 7 Jahre sind. Kinder, die die Lampe benutzen oder in der Nähe der Lampe spielen, müssen beaufsichtigt werden.

Achtung – Versuchen Sie nicht, Teile des Geräts zu warten oder zu verändern. 

Falls das Gerät außerhalb des empfohlenen Betriebstemperaturbereichs (5 °C bis 35 °C) gelagert wurde, sollten Sie zur Vermeidung von Kondensation oder Überhitzung mindestens eine Stunde warten, bevor Sie das Gerät an das Stromnetz anschließen.

Die in dieser Lampe enthaltene Lichtquelle darf nur durch Lumie oder einen autorisierten Lumie-Händler ersetzt werden.

Elektromagnetische Verträglichkeit

Elektrostatische Entladungen können die Funktionsfähigkeit dieses Produkts beeinträchtigen. Schalten Sie das Gerät in diesem Fall für mindestens 10 Sekunden aus, und das Gerät wird neu eingestellt.

Task verwendet einen Berührungssensor zur Steuerung der Beleuchtung. In seltenen Fällen kann der Berührungssensor durch äußere Einflüsse ausgelöst werden. Dies kann gelegentlich dazu führen, dass das Licht in seiner Intensität schwankt oder sich ein- oder ausschaltet. Verwenden Sie in diesem Fall die Touch-Oberfläche, um das Licht auf die vorherige Stufe einzustellen. Danach arbeitet Task wieder normal und zuverlässig.

Entsorgung

Entsorgen Sie das Netzteil oder das Gerät nicht mit dem normalen Hausmüll. Bringen Sie sie zu einem öffentlichen Recyclinghof, wo sie ordnungsgemäß entsorgt werden.

**WARNUNG!**

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, bevor Sie dieses Produkt verwenden, wenn einer der folgenden Punkte zutrifft:

Sie haben ein schweres Augenleiden oder hatten eine Augenoperation;

Es wurde Ihnen geraten, helles Licht zu meiden oder Medikamente einzunehmen, die zu Lichtempfindlichkeit führen können;

Bei Ihnen wurde eine Depression oder eine andere Stimmungsbeeinträchtigung / Schlafstörung diagnostiziert. Dies ist besonders wichtig, wenn Sie hierfür auch Medikamente einnehmen, da die Lichttherapie auch Ihre Stimmung beeinflussen kann.

Einführung

Task ist eine professionelle, helle Lichttherapie-Arbeitsleuchte, die dem natürlichen Tageslicht sehr nahe kommt und dazu beiträgt, Ihre Stimmung zu optimieren, Ihre Wachsamkeit und Produktivität zu steigern und Ihre Sehkraft zu unterstützen.

Die Hochleistungs-Breitband-LEDs von Task sind sanft zu den Augen und liefern gleichzeitig eine effektive Lichttherapie, damit Sie konzentriert, energiegeladen und positiv bleiben. Dank der farbgetreuen Wiedergabe und des höheren Kontrasts können Sie Details, Text und Texturen so sehen, wie sie wirklich sind, was das Lesen oder die Arbeit an Design-, Bastel- und Kunstprojekten erleichtert.

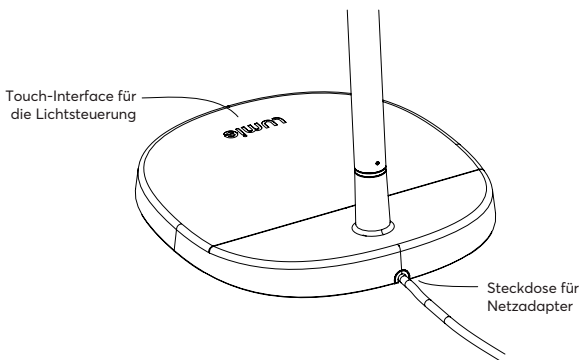
Farbtemperatur: 5000 K

Farbwiedergabe-Index: 95

Bei maximaler Helligkeit liefert Task 10 000 Lux bei 15 cm.

Bitte lesen Sie diese Anweisungen sorgfältig durch, um das Beste aus Task herauszuholen.

Sofort einsatzbereit



- Schließen Sie das Netzteil zunächst an die Buchse im unteren Teil des Geräts an.
- Positionieren Sie Task auf einer ebenen Oberfläche.
- An das Stromnetz anschließen.

Das Lumie Touch-Display leuchtet kurz auf, während der Sensor kalibriert wird.

Task kann jetzt verwendet werden.

Hinweis: Wenn Sie Task verwenden und die Berührungsoberfläche nicht korrekt zu funktionieren scheint, wiederholen Sie die letzten Schritte und stellen Sie sicher, dass Sie nicht auf das Touch-Display drücken, während der Sensor kalibriert wird.

Steuerung der Beleuchtung

Das Licht wird über die Touch-Oberfläche gesteuert.

The word "lumie" is written in a lowercase, sans-serif font. The letters are dark grey and are centered within a light grey rectangular background.

- Streichen Sie mit dem Finger über die Touch-Oberfläche.
- Bei Verwendung der Touch-Oberfläche leuchten die Buchstaben einzeln auf, um die Helligkeit anzuzeigen.

Streichen Sie mit dem Finger nach rechts bis nach dem „e“, um die volle Helligkeit zu erreichen.

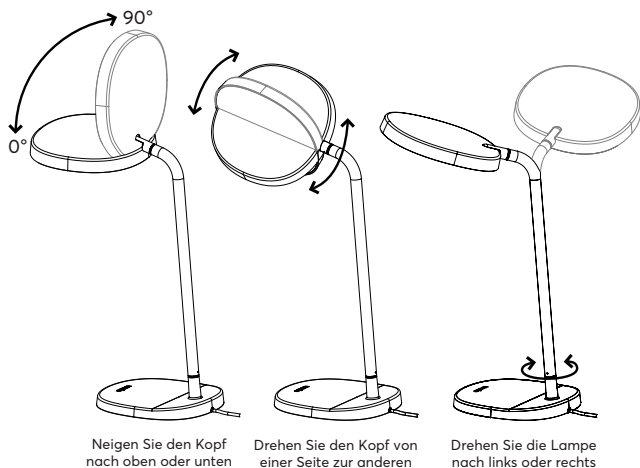
- Zum Ausschalten streichen Sie mit dem Finger nach links bis nach dem „l“.
- Oder heben Sie den Finger irgendwo dazwischen.

Jetzt leuchtet die gesamte „Lumie“-Oberfläche auf, wenn das Licht eingeschaltet ist (bei jeder Helligkeit), und sie ist aus, wenn das Licht ausgeschaltet ist.

Arbeitsbeleuchtung

Task ist eine hochgradig verstellbare Arbeitsleuchte mit geringem Platzbedarf für den Einsatz in Ihrem Büro, Ihrer Werkstatt oder Ihrem Studio.

Tageslichtsimulierende LEDs sorgen für einen hervorragenden Kontrast beim Lesen und bei der Arbeit mit feinen Details und können dazu beitragen, die Augen zu schonen. Das Betrachten von Kunstwerken und kreativen Projekten unter natürlichen Bedingungen bringt die wahren Farben zur Geltung und zeigt Ihre Entwürfe von ihrer besten Seite.



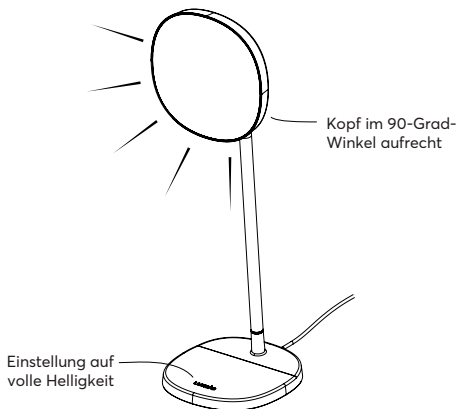
Richten Sie die Quelle für eine helle Lichttherapie auf Ihr Gesicht aus, während Sie etwas anderes tun.

Hinweis: Schieben Sie den Kopf nicht über 90 Grad hinaus, sonst beschädigen Sie u.U. das Produkt.

Quelle für helle Lichttherapie

Sonnenlicht ist ein natürlicher Stimmungsaufheller, der die Körperchemie (z. B. den Melatonin- und Serotoninspiegel) beeinflusst. Wenn Sie nicht ausreichend mit Tageslicht versorgt sind, ist die Lichttherapie mit Task die nächstbeste Lösung, die Ihre Stimmung hebt, Ihre Energie steigert und Ihnen hilft, sich wacher zu fühlen. Es kann auch helfen, die Symptome des Winterblues zu lindern.

- Stellen Sie sicher, dass das Licht auf maximale Helligkeit eingestellt ist.
- Positionieren Sie Task auf Armlänge (ca. 50 cm), sodass das Licht in Ihr Gesicht scheint.



Sie brauchen es zwar nicht anzustarren, aber das Licht muss von Ihren Augen aufgenommen werden, um eine Wirkung zu erzielen. Das bedeutet, dass Sie Task beim Lesen, Arbeiten am Laptop, Basteln usw. verwenden können.

Wie oft?

Zur Unterstützung des Wohlbefindens

Die natürlichen Rhythmen Ihres Körpers, die sich auf Ihre Stimmung, Ihren Schlaf und Ihr allgemeines Wohlbefinden auswirken, werden durch die Menge an (natürlichem und künstlichem) Licht bestimmt, der Sie ausgesetzt sind.

Task ahmt die Farbe und Intensität des natürlichen Lichts nach. Wenn Sie sich in einem Raum aufhalten, wirkt eine helle Lichttherapie-Sitzung schnell und verbessert Stimmung, Energie, Konzentration und Leistung. Bei täglicher Anwendung kann Task einen regelmäßigeren Schlaf-Wach-Rhythmus fördern, sodass Sie leichter einschlafen und erfrischt aufwachen.

Gegen den Winterblues

Achten Sie auf frühe Anzeichen des Winterblues im September/Oktober. Wenn Sie sich müde, besorgt oder reizbar sind, verwenden Sie Task. Im Frühling können Sie Ihre Sitzungen unter hellem Licht wieder

reduzieren. Wenn die Symptome zurückkehren, verwenden Sie Task einfach erneut für einige Tage.

Wann?

Wenn Sie Task zur Bekämpfung des Winterblues verwenden, ist helles Licht am Morgen am effektivsten, also versuchen Sie diesen Modus am besten zuerst. Einigen hilft es am meisten, abendliches Licht auf sich wirken zu lassen.

Ich habe Schwierigkeiten, morgens in Gang zu kommen

Schalten Sie Task so bald Sie können ein. Wenn Sie morgens nicht viel Zeit haben, dann sollten Sie ein Ergänzung oder komplette Sitzung am Nachmittag einplanen.

Ich fühle mich schläfrig oder schlafe zu früh ein

Verwenden Sie Task am Nachmittag oder am frühen Abend. Etwa drei Stunden vor dem Schlafengehen sollten Sie helles Licht meiden, da Sie sonst Schwierigkeiten beim Einschlafen haben könnten.

Wie lange?

Mit dem Licht auf voller Helligkeit bekommen Sie die maximale Wirkung. Positionieren Sie Task eine Armlänge entfernt (ca. 50 cm) und starten Sie zunächst mit 30 Minuten pro Tag (1 500 Lux). Vielleicht reichen 30 Minuten schon, aber wenn Sie keinen ausreichenden Effekt feststellen, verlängern Sie die Sitzungen, bis Sie einen zufriedenstellenden Effekt feststellen.

Wenn Sie sich wohler fühlen, wenn Sie Task weiter von sich entfernt positionieren, erreicht weniger Licht Ihre Augen, und Sie müssen die Anwendungsdauer verlängern.

Wenn Sie Task mit geringerer Helligkeit verwenden, erreicht weniger Licht Ihre Augen und Sie müssen sie länger verwenden.

Es ist nicht schädlich, das Licht länger als empfohlen zu benutzen. Sie können sich Ihre Therapie mit hellem Licht in einer Sitzung holen, oder Sie können Task in Abschnitten über den Tag hinweg nutzen, um den Effekt zu optimieren.

Wenn Sie leichte Augenschmerzen haben, versuchen Sie es mit größerer Entfernung. Sie können auch die Helligkeit reduzieren oder das Gerät für eine Weile abschalten.

Gleich ob Sie Task gegen den Winterblues oder für Ihr allgemeines Wohlbefinden verwenden - wenn Sie ein Muster gefunden haben, das für Sie funktioniert, versuchen Sie es regelmäßig jeden Tag anzuwenden.

Wartung

Reinigen Sie das Gerät nur mit einem trockenen oder leicht feuchten Tuch. Ziehen Sie immer zuerst den Netzstecker, und lassen Sie das Gerät gegebenenfalls abkühlen.


Ersatznetzteile sind von Lumie erhältlich.

Lebensdauer der LEDs

Die LEDs in diesem Produkt halten in der Regel viele Jahre, selbst, wenn sie jeden Tag für ein paar Stunden verwendet werden.

Garantie

Auf dieses Gerät bieten wir ab Kaufdatum eine 3-jährige Garantie gegen Herstellungsmängel. Dies gilt zusätzlich zu etwaigen gesetzlichen Verbraucherschutzregelungen. Wenn Sie Ihr Gerät zur Wartung zurücksenden, verwenden Sie wenn möglich die Originalverpackung (einschließlich der inneren Verpackung). Vergewissern Sie sich, dass das Netzteil so gesichert ist, dass es das Gerät während des Transports nicht beschädigt. Sollte das Gerät versehentlich oder wegen unsachgemäßem Gebrauch in beschädigtem Zustand bei uns eintreffen, müssen wir die Reparatur gegebenenfalls in Rechnung stellen. In einem solchen Fall setzen wir uns vorher mit Ihnen in Verbindung. Bitte wenden Sie sich mit weiteren Fragen an Lumie.

 Seriennummer (im unteren Teil des Geräts)

 Importeur

Technische Daten

Änderungen vorbehalten.

Lumie Task

Abnehmbares Zubehör: Netzteil (im Lieferumfang enthalten)

Nenneneingang: 220–240 V AC, 50 Hz, 0,8 A max. (PF > 0,9)

Nennleistung: 12 V \Rightarrow 2 A (24 W)

Betriebsbedingungen:

Temperatur: 5 °C bis 35 °C

Relative Luftfeuchtigkeit: 15 % bis 93 % (nicht kondensierend)

Atmosphärischer Druck: 70 kPa bis 106 kPa

Lager-/Transportbedingungen:

Temperatur: -25 °C bis +70 °C

Relative Luftfeuchtigkeit: 15 % bis 93 % (nicht kondensierend)

Atmosphärischer Druck: 25 kPa bis 106 kPa


Dieses Produkt enthält eine Lichtquelle der Energieeffizienzklasse F.

 EU-Konformitätserklärung

 UK-Konformität geprüft

Kontakt

Wenn Sie Fragen zu oder Probleme mit diesem Produkt haben, oder wenn Sie Anregungen zur Verbesserung unserer Produkte bzw. Dienstleistungen mit uns teilen möchten, senden Sie uns bitte eine E-Mail an: info@lumie.com.

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

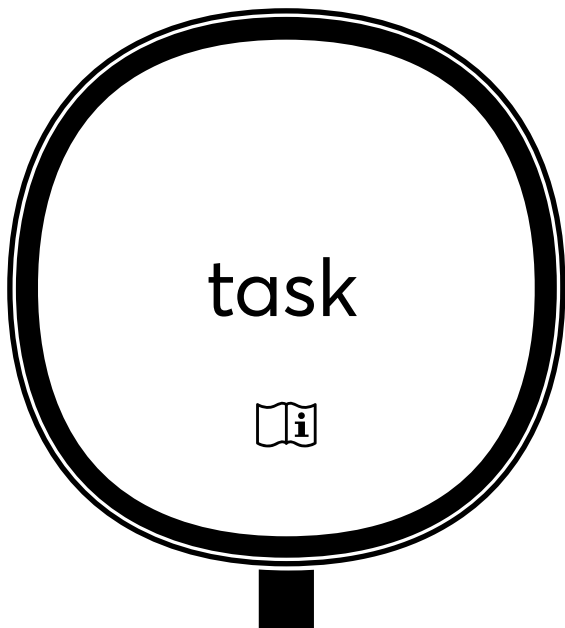
Lumie ist eine eingetragene Marke von:
Outside In (Cambridge) Limited, eingetragen in
England und Wales.

Registernummer: 2647359.


Umsatzsteuernummer:

GB 880 9837 71 (UK)


NL 826301381B01 (EU)




Seguridad

Lea las instrucciones de uso. 

Si la unidad está dañada, comuníquese con Lumie antes de usarla.

Mantenga la unidad alejada del agua y la humedad. 

Solo para uso en interiores. 

La unidad se calienta cuando la luz está encendida, por lo que deberá asegurarse de no cubrirla.

Utilice únicamente el adaptador de corriente suministrado.

Mantenga el adaptador y el cable alejados de superficies calientes. Si alguno de esos componentes sufre daños, deberá sustituirse por un producto Lumie aprobado.

Este aparato no dispone de un botón de encendido/apagado. Para desconectar o restablecer la unidad, deberá desenchufar el adaptador de la toma de corriente, por lo que es recomendable que la toma sea fácilmente accesible.

Este producto está pensado para adultos y niños mayores de 7 años. Cuando los niños lo utilicen o jueguen en sus cercanías, se les debe supervisar.

Precaución: No intente reparar o modificar ninguna pieza de la unidad. 

Si la unidad ha estado almacenada a una temperatura fuera del rango recomendado (de 5 °C a 35 °C), deje que pase al menos 1 hora antes de conectarla a la alimentación eléctrica, para evitar condensación o sobrecalentamiento.

La fuente luminosa de esta lámpara solo la debería sustituir Lumie o un distribuidor de Lumie autorizado.

Compatibilidad electromagnética

Las descargas electrostáticas pueden afectar al funcionamiento de este producto. Si esto ocurre, simplemente apague el aparato durante al menos 10 segundos para que la unidad se restablezca.

Task utiliza un sensor táctil para controlar la luz. En raras ocasiones, las condiciones externas pueden activar el sensor táctil. Esto puede hacer que, en algunas ocasiones, la luz varíe de intensidad, se encienda o se apague. Si esto ocurre, utilice la interfaz táctil para configurar la luz en el nivel en que estaba previamente. Task continuará funcionando normalmente y su uso sigue siendo seguro.

Eliminación

No deseche el adaptador de corriente ni la unidad junto con los residuos domésticos normales. Deposítelos en un punto de reciclaje oficial para que sean desechados de forma responsable.



¡ADVERTENCIA!

Consulte con su médico antes de usar este producto si cumple con alguna de estas condiciones:

Tiene problemas oculares importantes o se le ha practicado una cirugía ocular;

Se le ha recomendado que evite la luz intensa o está tomando medicación que puede causar fotosensibilidad;

Se le ha diagnosticado depresión o alguna afección del estado de ánimo o del sueño. Esto es especialmente importante si también está tomando medicamentos para dicha afección, ya que la terapia luminosa también puede afectar a su estado de ánimo.

Introducción

Task es una lámpara profesional de terapia luminosa brillante que imita la luz natural para ayudar a optimizar su humor, mejorar la atención y la productividad, así como fortalecer su visión.

Los LED de alto rendimiento y amplio espectro de Task son suaves para los ojos, a la vez que proporcionan una terapia luminosa eficaz, para que se mantenga concentrado, y se sienta con energía y positivo. El procesamiento de colores reales y el contraste claro le permiten ver los detalles, el texto y las texturas tal y como son, lo que facilita la lectura o el trabajo en proyectos de diseño, artesanía y arte.

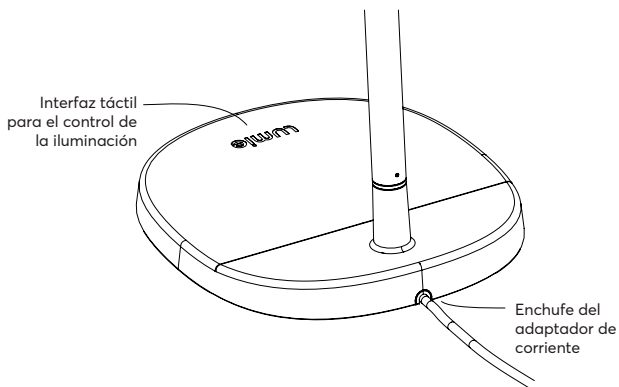
Temperatura de color: 5000 K

Índice de reproducción cromática: 95

Con un brillo máximo, Task produce 10 000 lux a 15 cm.

Lea estas instrucciones atentamente para sacar el máximo provecho de Task.

Instalación del producto



- Conecte el adaptador de corriente al enchufe en la base de la unidad.
- Coloque Task en una superficie plana.
- Conéctelo a la red eléctrica.

La interfaz táctil de Lumie se iluminará brevemente mientras el sensor se calibra.

Ya puede empezar a utilizar Task.

Nota: Si, al utilizar Task, se percata de que la interfaz táctil no funciona correctamente, repita los últimos pasos y asegúrese de no tocar la interfaz táctil mientras el sensor se está calibrando.

Control de iluminación

La luz se controla mediante la interfaz táctil.

The word "lumie" is displayed in a lowercase, sans-serif font. The letters are dark grey, and the text is centered within a light grey rectangular background.

- Deslice el dedo por la interfaz táctil.

Al utilizar la interfaz táctil, las letras se iluminan individualmente para indicar el brillo.

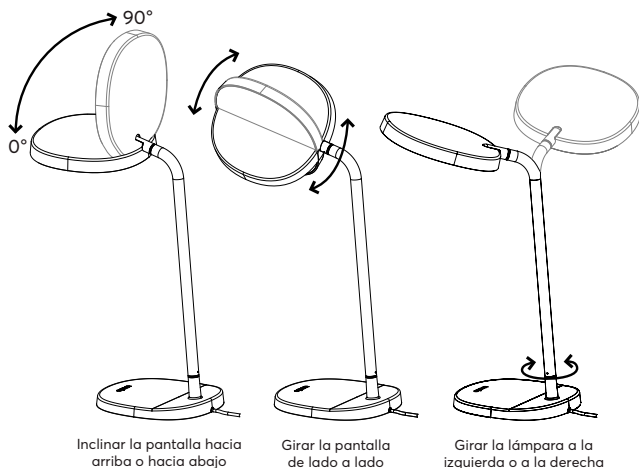
- Deslice a la derecha más allá de la "e" para obtener el brillo máximo.
- Deslice a la izquierda más allá de la "l" para apagar.
- O levante el dedo en cualquier punto intermedio.

Toda la interfaz Lumie se ilumina si la luz está encendida (con cualquier brillo) y se apaga si la luz está apagada.

Iluminación de trabajo

Task es una luz de trabajo muy ajustable que ocupa poco espacio para su uso en la oficina, el taller o el estudio. Los LED que simulan la luz natural proporcionan un excelente contraste para la lectura y el trabajo con detalles finos, y pueden ayudar a reducir la fatiga ocular. Contemplar obras de arte

y proyectos creativos en condiciones naturales posibilitará que se vean los colores auténticos y mostrará sus diseños de forma óptima.



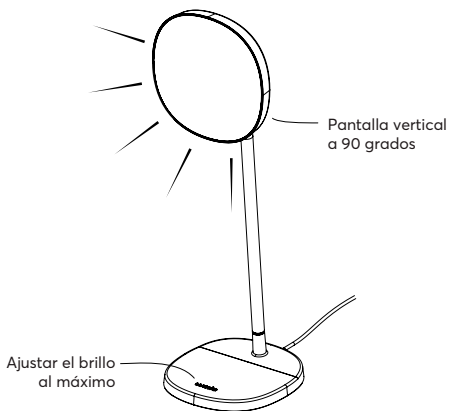
Oriente Task hacia su cara para disfrutar de una terapia luminosa brillante mientras se dedica a otras actividades.

Nota: No levante la pantalla más de 90 grados o podría dañar el producto.

Task para terapia luminosa brillante

La luz del sol es un estimulante natural del estado de ánimo, que influye en la química corporal (por ejemplo, en los niveles de melatonina y serotonina). Si no se expone lo suficiente a la luz del día, la terapia luminosa brillante con Task es el remedio más adecuado, ya que mejora el humor, aumenta la energía y ayuda a sentirse más despierto. También puede ayudar a aliviar los síntomas del trastorno afectivo estacional.

- La luz debe estar con el brillo máximo.



- Coloque Task a unos 50 cm de usted, con la luz orientada hacia la cara.

Aunque no es necesario mirar a la luz, esta debe llegar a los ojos para que tenga efecto. Esto significa que puede usar Task mientras trabaja en el portátil, hace manualidades, etc.

¿Con qué frecuencia?

Para fomentar el bienestar

Los ritmos naturales del cuerpo, que influyen en el humor, el sueño y el bienestar general, se rigen por la cantidad de luz (natural y artificial) a la que estamos expuestos.

Task imita el color y la intensidad de la luz natural, por lo que, si está en interiores, una sesión de terapia luminosa brillante actúa rápidamente para mejorar el humor, la energía, la concentración y el rendimiento. Si se utiliza a diario, Task puede fomentar un patrón de sueño y vigilia más regular, cosa que facilita el sueño y ayuda a despertarse con una sensación de mayor frescura.

Contra el trastorno afectivo estacional

Los síntomas del trastorno afectivo estacional pueden aparecer en septiembre u octubre. Si, al llegar esa época, nota cansancio, ansiedad o irritabilidad,

empiece a usar Task. Cuando llegue la primavera, puede reducir el número de sesiones de luz brillante. Si los síntomas reaparecen, simplemente vuelva a usar Task durante unos días.

¿Cuándo?

Si utiliza Task para combatir el trastorno afectivo estacional, lo más eficaz es la luz brillante de la mañana: pruébela antes que nada. A algunas personas les beneficia la exposición a la luz del atardecer.

Me cuesta entrar en activo por la mañana

Encienda Task en cuanto le sea posible. Si no dispone de mucho tiempo por la mañana, intente realizar una sesión completa o una complementaria a primera hora de la tarde.

Me entra sueño o me duermo demasiado temprano

Use Task a media tarde. Conviene evitar la luz brillante en las horas (aproximadamente tres) previas a la hora de acostarse, ya que podría dificultar el sueño.

¿Cuánto tiempo?

Con el valor máximo de brillo, se obtiene el máximo beneficio: coloque Task a un brazo de distancia (unos 50 cm) y comenciar con 30 minutos al día (1 500 lux). Puede que eso sea suficiente, pero si no nota el efecto, aumente el tiempo de exposición cada día hasta averiguar cuánto necesita.

Si prefiere Task más lejos de usted, tendrá que usar la lámpara durante más tiempo, ya que llegará menos luz a sus ojos.

Si utiliza Task con un brillo reducido, tendrá que usar la lámpara durante más tiempo, ya que llegará menos luz a sus ojos.

La lámpara se puede utilizar por más tiempo del sugerido sin ningún peligro. Puede realizar la terapia luminosa brillante en una sola sesión o usar Task de forma intermitente a lo largo del día para un efecto acumulativo.

Si le duelen los ojos ligeramente, aleje la lámpara, reduzca el brillo o apáguela un rato.

Tanto si usa Task contra el trastorno afectivo estacional como para el bienestar general, cuando encuentre el patrón adecuado, debería utilizarlo a diario durante el mismo tiempo.

Mantenimiento

Limpie la unidad solo con un trapo seco o ligeramente humedecido. Antes de eso debe desenchufar la unidad y dejarla enfriar si es necesario.


Lumie tiene disponibles repuestos para el adaptador de corriente.

Duración de LED

Los LED de este producto tienen una duración habitual de varios años, incluso si lo utiliza durante varias horas al día.

Garantía

Esta unidad tiene una garantía de 3 años que cubre cualquier defecto de fabricación desde la fecha de compra. Esto es una adición a sus derechos legales. Si tiene que devolver el producto para efectuar un servicio técnico, utilice el embalaje original (incluido el embalaje interno) siempre que sea posible. Asegúrese de que el adaptador de corriente quede inmovilizado para evitar que dañe la unidad durante el transporte. Si se recibe la unidad con algún daño accidental o causado por mal uso, se le cobrará la reparación; en tal caso, primero nos pondremos en contacto con usted. Si necesita más información, póngase en contacto con Lumie.

 Número de serie (en la base de la unidad)

 Importador

Descripción técnica

Sujeta a cambios sin previo aviso.

Lumie Task

Accesorio desacoplable: Adaptador de corriente (suministrado)

Potencia nominal de entrada: 220–240 V CA, 50 Hz, 0,8 A máx. (PF > 0,9)

Potencia nominal de salida: 12 V = 2 A (24 W)

Condiciones de funcionamiento:

Temperatura: 5 °C a 35 °C

Humedad relativa: 15 % a 93 % (sin condensación)

Presión atmosférica: 70 kPa a 106 kPa

Condiciones de almacenamiento/transporte:

Temperatura: -25 °C a +70 °C

Humedad relativa: 15 % a 93 % (sin condensación)

Presión atmosférica: 25 kPa a 106 kPa


Este producto contiene una fuente de luz de clase de eficiencia energética F.

CE Declaración de conformidad de la UE

**UK
CA** Conformidad Evaluada del Reino Unido

Póngase en contacto con nosotros

Si tiene alguna sugerencia para ayudarnos a mejorar nuestros productos o servicios, o tiene preguntas o problemas con la unidad, envíe un correo electrónico a info@lumie.com.

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

Lumie es una marca registrada de:
Outside In (Cambridge) Limited, constituida en Inglaterra y Gales.

Número de registro: 2647359.

CIF:

GB 880 9837 71 (UK)

NL 826301381B01 (EU)


task




Sicurezza

Leggere le istruzioni per l'uso. 

Se l'unità è danneggiata, contattare Lumie prima dell'uso.

Tenere lontano da acqua e umidità. 

Solo per uso interno. 

Poiché l'unità si riscalda quando la luce è accesa, assicurarsi che non rimanga coperta.

Utilizzare solo l'adattatore di rete in dotazione.

Tenere l'adattatore di rete e il cavo di alimentazione lontani da superfici calde. Se sono danneggiati, sostituirli con un prodotto Lumie approvato.

Questo apparecchio non ha un interruttore ON/OFF. Per spegnerlo o resettarlo, rimuovere l'adattatore di rete dalla presa di corrente. Assicurarsi che la presa sia facilmente accessibile.

L'apparecchio deve essere utilizzato solo da adulti e bambini al di sopra dei 7 anni. I bambini più piccoli possono usare la lampada o giocare in prossimità di essa solo sotto la supervisione di un adulto.

Attenzione: non tentare di riparare o modificare l'unità o parti della stessa. 

Se l'unità è stata conservata a temperature che non rientrano nell'intervallo di funzionamento consigliato (5-35 °C), attendere almeno 1 ora prima di collegarla alla rete elettrica, onde evitare la formazione di condensa o il surriscaldamento.

La sorgente luminosa contenuta in questo apparecchio può essere sostituita solo da Lumie o da un distributore Lumie autorizzato.

Compatibilità elettromagnetica

Le scariche elettrostatiche possono influenzare il funzionamento di questo prodotto. Se ciò si verifica, è sufficiente spegnerlo per almeno 10 secondi e si resetterà.

Task utilizza un sensore touch per controllare la luce. Solo in alcuni casi, le condizioni esterne potrebbero far scattare il sensore touch. Questo può occasionalmente causare una variazione di intensità della luce, l'accensione o lo spegnimento. In questo caso, utilizzare l'interfaccia touch per impostare la luce sul livello precedente. Task continuerà a funzionare normalmente e in sicurezza.

Smaltimento

Non smaltire l'adattatore di rete o l'unità insieme ai rifiuti domestici. Conferirli a un centro autorizzato per la raccolta di rifiuti, dove verranno smaltiti in modo responsabile.



ATTENZIONE!

Contattare il proprio medico prima di utilizzare il prodotto qualora sussista una delle seguenti condizioni:

Si soffre di un grave disturbo alla vista o si è stati sottoposti a un intervento chirurgico agli occhi;

È stato consigliato di evitare l'esposizione a luci intense o si assumono farmaci che potrebbero causare fotosensibilità;

È stata diagnosticata la depressione o un altro disturbo dell'umore o del sonno. In questo caso, il parere del medico è importante soprattutto se si assumono farmaci specifici per tale disturbo, in quanto la fototerapia può influire anche sull'umore.

Introduzione

Task è una lampada professionale per la fototerapia con luce brillante che riproduce fedelmente la luce naturale per contribuire a migliorare l'umore, l'attenzione e la produttività, oltre ad aiutare la visione.

I LED ad ampio spettro ad alte prestazioni di Task sono delicati per gli occhi e allo stesso tempo costituiscono una fonte di fototerapia efficace, che aiuta a rimanere concentrati, pieni di energia e positivi. Il contrasto netto e la resa cromatica reale permettono di vedere i dettagli, il testo e le texture come sono realmente, rendendo più facile la lettura o il lavoro su progetti di design, fai da te e arte.

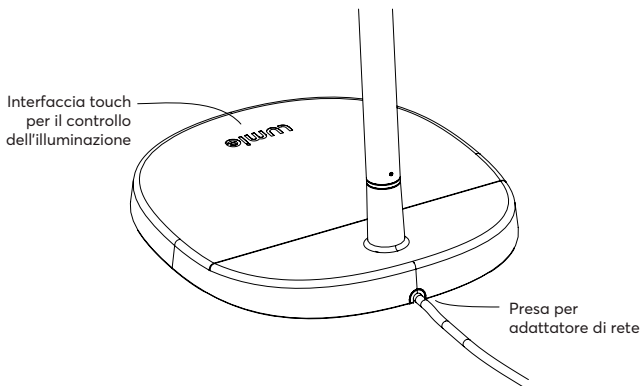
Temperatura de colori: 5000 K

Indice di resa cromatica: 95

Alla massima luminosità, Task fornisce 10 000 lux a 15 cm.

Si prega di leggere attentamente le istruzioni per ottenere il massimo beneficio da Task.

Disimballaggio



- Collegare l'adattatore di rete alla presa sulla base dell'unità.
- Posizionare Task su una superficie piana.
- Inserire la spina nella presa di corrente.

L'interfaccia touch di Lumie si illumina brevemente durante la calibrazione del sensore.

Task ora è pronto all'uso.

Nota: Se durante l'utilizzo di Task l'interfaccia touch non sembra funzionare correttamente, ripetere gli ultimi passaggi e assicurarsi di non premere l'interfaccia touch durante la calibrazione del sensore.

Controllo dell'illuminazione

La luce è controllata dall'interfaccia touch.

The word "lumie" is written in a lowercase, sans-serif font. The letters are dark grey, and the text is centered within a light grey rectangular background.

- Far scorrere il dito sull'interfaccia touch.

Quando si usa l'interfaccia touch, le lettere si illuminano singolarmente per indicare la luminosità.

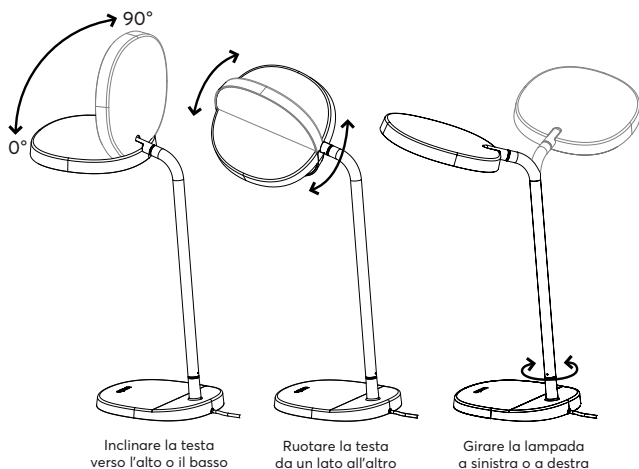
- Scorrere verso destra oltre la lettera "e" per la massima luminosità.
- Scorrere verso sinistra oltre la lettera "l" per spegnere.
- In alternativa, sollevare il dito in qualsiasi punto intermedio.

A questo punto, l'intera interfaccia di Lumie si illumina se la luce è accesa (con qualsiasi livello di luminosità) e non è illuminata se la luce è spenta.

Illuminazione in base all'attività

Task fornisce una luce altamente regolabile con un piccolo ingombro per l'utilizzo in ufficio, in officina o in studio. I LED che simulano la luce del giorno forniscono un contrasto eccellente per la lettura

e i lavori di precisione e possono aiutare a ridurre l'affaticamento degli occhi. Guardare le opere d'arte e i progetti creativi in condizioni naturali farà emergere i veri colori e metterà in risalto i progetti.



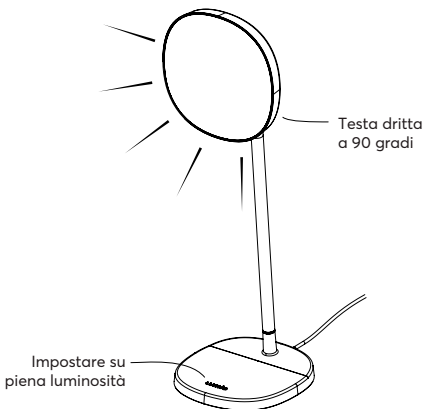
Orientare Task verso il viso per ottenere i benefici della fototerapia durante lo svolgimento di altre attività.

Nota: Non orientare la testa di oltre 90 gradi, altrimenti il prodotto potrebbe danneggiarsi.

Task per la fototerapia

La luce solare è uno stimolante naturale dell'umore, poiché influisce sulla chimica corporea (ad esempio sui livelli di melatonina e serotonina). Se non ci si espone abbastanza alla luce solare, la fototerapia con la luce brillante di Task è un'ottima alternativa che contribuisce a migliorare l'umore, aumentare i livelli di energia e migliorare la concentrazione. Può anche aiutare ad alleviare i sintomi della classica malinconia invernale.

- Assicurarsi che la luce sia al massimo della luminosità.
- Posizionare Task a circa 50 cm di distanza, con la luce orientata verso il viso.



Non è necessario fissare la lampada, ma affinché il trattamento sia efficace la luce deve comunque raggiungere gli occhi. Ciò significa è possibile utilizzare Task mentre si legge, si utilizza il portatile, si eseguono lavori manuali ecc.

Qual è la frequenza consigliata?

Per il supporto al benessere

I ritmi naturali del corpo, che influenzano l'umore, il sonno e il benessere generale, sono regolati dall'esposizione alla luce (naturale e artificiale).

Task imita il colore e l'intensità della luce naturale, quindi se ci si trova in un luogo chiuso, una sessione di fototerapia con luce brillante migliora rapidamente l'umore, l'energia, la concentrazione e le prestazioni. Usato quotidianamente, Task può stimolare un ritmo sonno/veglia più regolare, rendendo più facile prendere sonno e svegliarsi riposati.

Per la malinconia invernale

Se verso settembre/ottobre si avvertono i primi sintomi di malinconia invernale e ci si sente più stanchi, ansiosi o irritabili, si consiglia di iniziare a utilizzare Task. Con l'arrivo della primavera si potrà iniziare a ridurre ridurre la durata delle sessioni di fototerapia. Se i

sintomi si ripresentano, continuare a utilizzare Task per alcuni giorni.

Quando?

Se si utilizza Task per alleviare la malinconia invernale, la luce brillante al mattino è più efficace, quindi si consiglia di provare prima in quella fascia oraria. Alcune persone invece traggono maggiore beneficio esponendosi alla luce nel tardo pomeriggio.

Faccio fatica a trovare le energie di prima mattina

È consigliabile sottoporsi al trattamento con Task il prima possibile. Se non si ha molto tempo la mattina, sarebbe opportuno effettuare un'ulteriore sessione breve o completa nel pomeriggio.

Mi viene sonno o mi addormento troppo presto

Utilizzare Task nel tardo pomeriggio. Si consiglia di evitare la luce intensa poco prima di andare a letto (almeno nelle tre ore precedenti), in quanto si potrebbero avere difficoltà ad addormentarsi.

Per quanto tempo?

Con la luce al massimo della luminosità si ottiene il massimo beneficio, quindi si consiglia di posizionare Task a circa 50 cm (un braccio) e iniziare con 30 minuti al giorno (1 500 lux). Questa sessione potrebbe essere sufficiente; se non si notano effetti, aumentare l'esposizione giorno per giorno fino a trovare la durata più appropriata.

Se si preferisce posizionare Task a una distanza maggiore, tenere presente che si verrà raggiunti da una minore quantità di luce a livello degli occhi e che sarà quindi necessario prolungare la durata dell'esposizione.

Allo stesso modo, se si riduce la luminosità, si verrà raggiunti da una minore quantità di luce a livello degli occhi e sarà necessario prolungare la durata dell'esposizione.

L'utilizzo della lampada per una durata superiore a quella consigliata non presenta controindicazioni. È possibile effettuare il trattamento tutto in una volta o in più volte nell'arco della giornata per aumentare il beneficio.

In caso di dolore agli occhi, provare ad allontanare il dispositivo, ridurre la luminosità o spegnerlo per un po' di tempo.

Che si utilizzi Task per alleviare la malinconia invernale o migliorare il proprio benessere generale, una volta individuato il momento più adatto alle proprie esigenze, cercare di ripetere il trattamento più o meno alla stessa ora tutti i giorni.

Manutenzione

Pulire solo con un panno asciutto o leggermente umido. Scollegare sempre prima l'unità e lasciarla raffreddare, se necessario.


Lumie fornisce adattatori sostitutivi.

Durata dei LED

I LED in questo prodotto hanno una durata di molti anni, anche con diverse ore di utilizzo al giorno.

Garanzia

L'unità è coperta da garanzia sui difetti di fabbricazione con validità di 3 anni a partire dalla data di acquisto. Tale garanzia è da intendersi in aggiunta ai diritti di legge del cliente. Qualora fosse necessario restituire il prodotto per la manutenzione, utilizzare l'imballaggio originale (inclusa la confezione interna), se possibile. Assicurarsi che l'adattatore di rete rimanga in posizione durante lo spostamento, in modo da non danneggiare l'unità. Se l'unità ricevuta risulta danneggiata a causa di un uso improprio o di un evento accidentale, il costo della riparazione potrebbe essere addebitato al cliente; sarà nostra cura contattare quest'ultimo. Per ulteriori consigli, si invita a contattare Lumie.

 Numero di serie (sulla base dell'unità)

 Importatore

Descrizione tecnica

Soggetta a modifiche senza preavviso.

Lumie Task

Accessorio rimovibile: adattatore di rete (in dotazione) 

Tensione di ingresso: 220–240 VAC, 50 Hz, 0,8 A max
(PF > 0,9)

Tensione di uscita: 12 V \equiv 2 A (24 W)

Condizioni di funzionamento:

Temperatura: 5 °C – 35 °C

Umidità relativa: 15% – 93% (senza condensa)

Pressione atmosferica: 70 kPa – 106 kPa


Condizioni di stoccaggio/trasporto:

Temperatura: -25 °C – +70 °C

Umidità relativa: 15% – 93% (senza condensa)

Pressione atmosferica: 25 kPa – 106 kPa


Questo prodotto contiene una sorgente luminosa con classe di efficienza energetica F.

 Dichiarazione di conformità europea

 Marcatura di conformità del Regno Unito (UKCA)

Contatti

Per qualsiasi suggerimento che potrebbe aiutarci a migliorare i nostri prodotti o servizi o in caso di domande o problemi relativi a questo prodotto, inviare un'e-mail a info@lumie.com.

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

Lumie è un marchio registrato di:
Outside In (Cambridge) Limited, costituita in Inghilterra
e Galles.

Numero di registrazione: 2647359.

Partita IVA:

GB 880 9837 71 (UK)

NL 826301381B01 (EU)


task




Veiligheid

Lees voor gebruik de gebruiksaanwijzing. 

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

Houd het apparaat uit de buurt van water en vocht. 

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 onderdelen beschadigd is, moet het worden vervangen door een goedgekeurd Lumie-product.

Dit apparaat heeft geen aan-uitschakelaar. 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

Elektrostatische 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.

Task gebruikt een aanraaksensor om de verlichting te regelen. In zeldzame situaties kunnen externe omstandigheden de aanraaksensor activeren. Dit kan er dan toe leiden dat de lichtsterkte varieert of dat het licht aan- of uitgaat. Als dit gebeurt, gebruikt u de aanraakinterface om de verlichting in te stellen op het vorige niveau. Task werkt verder zoals normaal en blijft veilig in gebruik.

Afvalverwijdering

Gooi de netvoedingsadapter of het apparaat niet weg via het normale huishoudelijk afval. Breng deze naar een officieel recyclingpunt zodat ze op verantwoorde wijze worden vernietigd.

**WAARSCHUWING!**

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

Ernstige oogproblemen heeft of een oogoperatie heeft ondergaan;

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

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

Inleiding

Task is een professionele, heldere werklamp met lichttherapie die natuurlijk daglicht nabootst om uw stemming te optimaliseren, uw alertheid en productiviteit te verhogen en uw gezichtsvermogen te ondersteunen.

De krachtige breedspectrum-leds van Task zijn zacht voor de ogen en bieden een effectieve lichttherapie, zodat u geconcentreerd, energiek en positief blijft. Dankzij de natuurlijke kleurweergave en het heldere contrast ziet u teksten en texturen zoals ze werkelijk zijn. Dit maakt het lezen van en werken aan ontwerp-, ambachtelijke en kunstprojecten gemakkelijker.

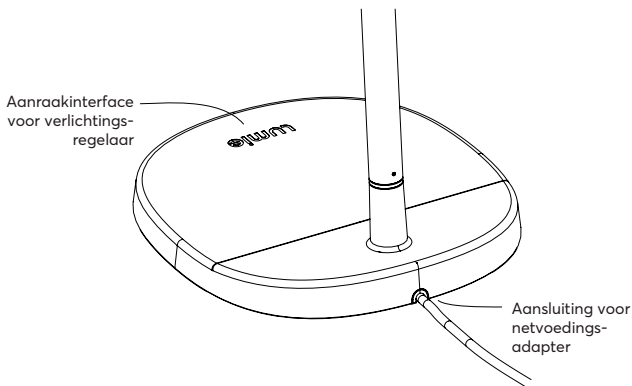
Kleurtemperatuur: 5000 K

Kleurweergave-index: 95

Bij maximale helderheid levert Task 10 000 lux op 15 cm.

Lees deze instructies zorgvuldig door om alles uit Task te halen.

In de doos



- Sluit de voedingsadapter aan op de aansluiting aan de onderkant van het apparaat.
- Plaats Task op een vlakke ondergrond.
- Sluit het apparaat aan op de netvoeding.

De Lumie-aanraakinterface licht kort op, terwijl de sensor wordt gekalibreerd.

Task is nu klaar voor gebruik.

Let op: Als u Task gebruikt en de aanraakinterface lijkt niet goed te werken, herhaal dan de laatste stappen. Zorg ervoor dat u tijdens de kalibratie van de aanraaksensor niet op de aanraakinterface drukt.

Verlichtingsregelaar

Het licht wordt bediend via de aanraakinterface.

The Lumie logo is displayed in a dark grey, rounded rectangular box. The word "lumie" is written in a lowercase, sans-serif font, with the 'l' being significantly larger than the other letters.

- Veeg met uw vinger over de aanraakinterface.

Bij gebruik van de aanraakinterface lichten de letters afzonderlijk op om de helderheid weer te geven.

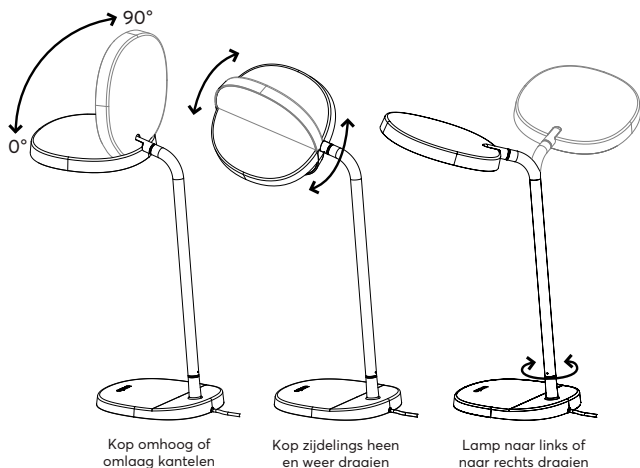
- Veeg naar rechts voorbij de 'e' voor volledige helderheid.
- Veeg naar links voorbij de 'l' om uit te schakelen.
- Of beweeg je vinger ergens daartussen omhoog.

Nu licht de hele Lumie-interface op als het licht aan is (bij elke helderheid) en is hij uit als het licht uit is.

Werklamp

Task is een uiterst verstelbare werklamp die weinig ruimte in beslag neemt en bestemd is voor gebruik in uw kantoor, werkplaats of studio. De leds met daglichtsimulatie bieden een uitstekend contrast om te lezen en fijn, gedetailleerd werk te verrichten en helpen oogvermoeidheid te verminderen. Door kunstwerken en creatieve projecten onder natuurlijke

omstandigheden te bekijken, komen de natuurlijke kleuren naar voren en komen uw ontwerpen het best tot hun recht.



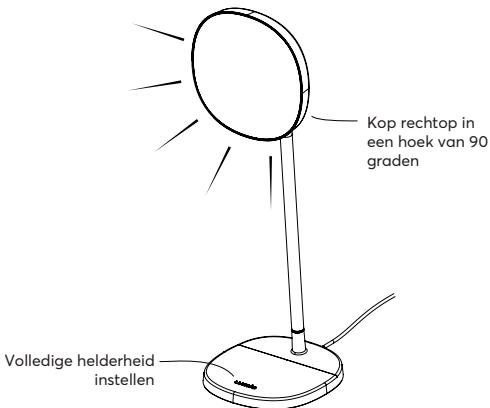
Richt Task op uw gezicht voor lichttherapie, terwijl u iets anders doet.

Let op: Draai de kop nooit verder dan 90 graden om schade aan het product te voorkomen.

Task voor lichttherapie

Zonlicht is een natuurlijke booster voor de gemoedstoestand, doordat het de chemische balans in uw lichaam (zoals uw melatonine- en serotonineniveaus) beïnvloedt. Als u niet genoeg aan daglicht wordt blootgesteld, is lichttherapie met Task de beste oplossing. Het zorgt voor een beter humeur, geeft u meer energie en maakt dat u zich alerter voelt. Het kan ook de symptomen van een winterdepressie helpen te verlichten.

- Zorg dat het licht op de maximale helderheid staat.
- Plaats Task op armlengte (ongeveer 50 cm) en zorg dat het licht op uw gezicht gericht is.



U hoeft er niet direct naar te kijken, maar het licht moet uw ogen wel bereiken om effectief te zijn. U kunt Task dus gebruiken, terwijl u bijvoorbeeld op uw laptop werkt of handwerk verricht.

Hoe vaak?

Voor ondersteuning van het welzijn

De natuurlijke ritmes van uw lichaam die uw stemming, slaap en algemene welzijn beïnvloeden, worden bepaald door de hoeveelheid licht (natuurlijk licht en kunstlicht) waaraan u wordt blootgesteld.

Task bootst de kleur en intensiteit van natuurlijk licht na. Als u binnenshuis bent, werkt een lichttherapie sessie dus snel om uw stemming, energie, focus en prestaties te verbeteren. Bij dagelijks gebruik kan Task een regelmatigere slaap-waakpatroon bevorderen, waardoor u gemakkelijker in slaap valt en frisser wakker wordt.

Voor winterdepressie

Begin Task in september/oktober te gebruiken wanneer de vroege symptomen van een winterdepressie, zoals vermoeidheid, zorgelijkheid en prikkelbaarheid, zich kenbaar maken. Als de lente aanbreekt, kunt u uw lichtsessies verminderen. Als de symptomen terugkomen, gebruikt u Task gewoon weer een aantal dagen.

Wanneer?

Als u Task gebruikt om een winterdepressie te verlichten, is helder 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 op gang te komen

Zet Task zo snel mogelijk aan. Als u 's morgens weinig tijd heeft, probeer dan 's middags een aanvullende sessie of een volledige sessie.

Ik ben moe of val te vroeg in slaap

Gebruik Task laat in de middag of aan het begin van de avond. Vermijd fel licht vlak voor het slapengaan (drie uur van tevoren), omdat u hierdoor mogelijk niet goed in slaap kunt vallen.

Hoelang?

U profiteert het meest wanneer het licht op de maximale helderheid staat. Plaats Task dus op armlengte (ca. 50 cm) en begin met 30 minuten per dag (1 500 lux). Misschien is dit genoeg voor u, maar als u er niet veel van merkt kunt u het iedere dag wat verhogen totdat u het voor u ideale niveau hebt gevonden.

Als u Task liever verder weg zet, komt er minder licht bij uw ogen en zult u hem langer moeten gebruiken.

Hetzelfde is het geval wanneer u Task niet met de maximale helderheid gebruikt. Dan komt er minder licht bij uw ogen en u zult hem langer moeten gebruiken.

Het kan geen kwaad als u het licht langer gebruikt dan aangeraden. U kunt uw lichttherapiesessie in één keer doen of Task op verschillende momenten van de dag gebruiken voor een cumulatief effect.

Als uw ogen een beetje pijn beginnen te doen, zet de lamp dan verder weg, verminder de helderheid of schakel het apparaat een tijdje uit.

Zodra u bij het gebruik van Task voor een winterdepressie of uw algemene welzijn een patroon hebt gevonden dat bij u past, houd u dan elke dag ongeveer aan dezelfde tijd.

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 gaan over het algemeen vele jaren mee, zelfs als ze elke dag meerdere uren branden.

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 Lumie voor meer informatie.

 Serienummer (zie onderkant van het apparaat)



Importeur

Technische beschrijving

Kan zonder kennisgeving worden gewijzigd.

Lumie Task

Verwijderbaar accessoire: netvoedingsadapter
(meegeleverd)

Nominaal ingangsvermogen: 220 –240 Vac, 50 Hz,
0,8 A max. (PF > 0,9)

Nominaal uitgangsvermogen: 12 V == 2 A (24 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


Dit product bevat een lichtbron van energie-
efficiëntieklasse F.

CE Europese Conformiteitsverklaring

**UK
CA** Beoordeeld op conformiteit voor VK

Contact

Als u vragen of problemen hebt met betrekking tot dit product of suggesties waarvan u denkt dat ze onze producten of service verbeteren, stuur dan een e-mail naar info@lumie.com.

 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-nr.:

GB 880 9837 71 (UK)


NL 826301381B01 (EU)




task




Bezpieczeństwo

Przeczytaj instrukcję użytkowania. 

Jeśli urządzenie jest uszkodzone, przed użyciem skontaktuj się z firmą Lumie.

Przechowywać z dala od wody i wilgoci. 

Tylko do użytku w wewnętrznym. 


Urządzenie nagrzewa się, gdy światło jest włączone, więc sprawdź, czy nie jest zasłonięte.

Używaj tylko zasilacza sieciowego znajdującego się w zestawie.

Zasilacz i kabel powinny znajdować się z dala od gorących powierzchni. W przypadku uszkodzenia należy je wymienić na zatwierdzony produkt firmy Lumie.

Urządzenie nie ma wyłącznika. Aby wyłączyć lub zresetować urządzenie, odłącz zasilacz sieciowy od gniazdka ściennego. Zadbaj więc o swobodny dostęp do gniazdka.

Z urządzenia powinny korzystać osoby dorosłe i dzieci powyżej 7. roku życia. Dzieciom korzystającym z lampy lub bawiącym się w jej pobliżu należy zapewnić dozór.

Nie należy próbować naprawiać ani modyfikować żadnej części urządzenia. 

Jeśli urządzenie było przechowywane poza zalecanym zakresem temperatur (5°C do 35°C), odczekaj co najmniej 1 godzinę przed zastosowaniem zasilania, aby uniknąć kondensacji lub przegrzania.

Źródło światła w tej oprawie może być wymieniane wyłącznie przez firmę Lumie lub jej autoryzowanego dystrybutora.

Zgodność elektromagnetyczna

Wylądowania elektrostatyczne mogą wpłynąć na działanie produktu. W takim przypadku wystarczy wyłączyć zasilanie na co najmniej 10 sekund, a urządzenie zresetuje się.

Task wykorzystuje czujnik dotykowy do sterowania światłem. W rzadkich przypadkach warunki zewnętrzne mogą wpływać na działanie czujnika dotykowego. Może to sporadycznie powodować zmiany natężenia światła lub jego włączanie i wyłączanie. W takim przypadku użyj interfejsu dotykowego, aby przywrócić poprzedni poziom natężenia światła. Urządzenie będzie nadal działać normalnie i będzie można z niego bezpiecznie korzystać.

Utylizacja

Nie wyrzucaj zasilacza sieciowego ani urządzenia ze zwykłymi odpadami domowymi. Zanieś je do oficjalnego punktu recyklingu w celu odpowiedzialnej utylizacji.

**OSTRZEŻENIE!**

Przed użyciem produktu należy skonsultować się z lekarzem, jeśli występuje którykolwiek z poniższych objawów:

Masz poważną wadę wzroku lub przebyłą operację oczu;

Zalecono Ci unikanie jasnego światła lub przyjmujesz leki, które mogą powodować nadwrażliwość na światło;

Masz zdiagnozowaną depresję lub inne zaburzenia nastroju/snu.

Informacja na temat leków przyjmowanych na te choroby jest szczególnie ważna, gdyż terapia światłem może także wpływać na nastrój.

Wprowadzenie

Task to profesjonalna lampa zadaniowa do terapii jasnym światłem, która imituje naturalne światło dzienne, aby poprawiać samopoczucie, zwiększyć czujność i wydajność oraz wspomagać wzrok.

Wydajne diody LED o szerokim spektrum światła zastosowane w urządzeniu Task są łagodne dla oczu, a jednocześnie umożliwiają skuteczną terapię światłem, sprawiając, że użytkownik jest skupiony, pełen energii i pozytywnego nastawienia. Wyższy kontrast i wierne odwzorowanie kolorów pozwalają zobaczyć rzeczywiste szczegóły, tekst i tekstury, ułatwiając czytanie lub pracę nad projektami wzorniczymi, rzemieślniczymi i artystycznymi.

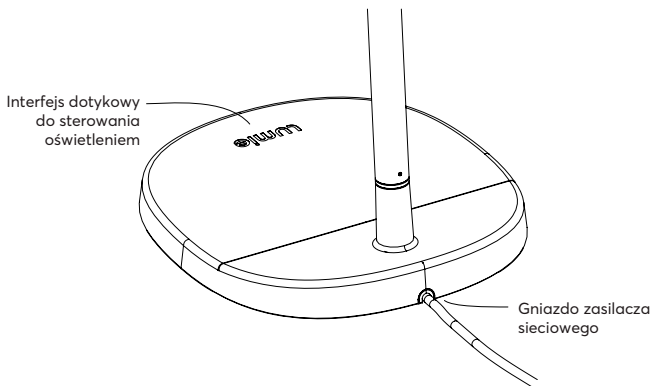
Temperatura barwowa: 5000 K

Wskaźnik oddawania barw: 95

Przy maksymalnej jasności urządzenie Task zapewnia natężenie równe 10 000 luksów przy odległości 15 cm.

Uważnie przeczytaj niniejszą instrukcję, aby w pełni korzystać z możliwości urządzenia Task.

Przygotowanie urządzenia



- Podłącz zasilacz sieciowy do gniazdka w podstawce urządzenia.
- Umieść urządzenie Task na płaskiej powierzchni.
- Podłącz urządzenie do sieci elektrycznej.

Podczas kalibracji czujnika interfejs dotykowy Lumie na krótko się podświetli.

Urządzenie Task jest już gotowe do użycia.

Uwaga: Jeśli podczas używania Task zauważysz, że interfejs dotykowy nie działa prawidłowo, powtórz ostatnie kroki i pamiętaj, aby nie naciskać interfejsu dotykowego podczas kalibracji czujnika.

Regulacja oświetlenia

Światłem steruje się za pomocą interfejsu dotykowego.

lumie

- Przesuń palcem po interfejsie dotykowym.

Podczas korzystania z interfejsu dotykowego litery podświetlają się pojedynczo, wskazując jasność.

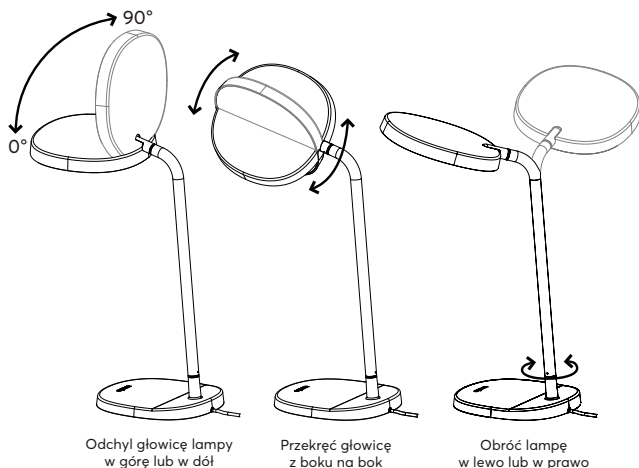
- Przesuń w prawo za literę „e”, aby ustawić pełną jasność.
- Przesuń w lewo za literę „l”, aby wyłączyć.
- Możesz też dotknąć palem w dowolnym miejscu pomiędzy nimi.

Cały interfejs „lumie” podświetla się, gdy lampa jest włączona (z dowolną jasnością), i wyłącza, gdy lampa jest wyłączona.

Oświetlenie zadaniowe

Task to regulowana lampa zadaniowa o niewielkim zasięgu oświetlenia, przeznaczona do użytku w biurze, warsztacie lub pracowni. Diody LED imitujące światło dzienne zapewniają doskonały kontrast podczas czytania i pracy wymagającej precyzji, pomagając

przy tym zmniejszać zmęczenie oczu. Oglądanie dzieł sztuki i projektów kreatywnych w naturalnych warunkach pozwoli wydobyć ich prawdziwe kolory i zaprezentować je z jak najlepszej strony.



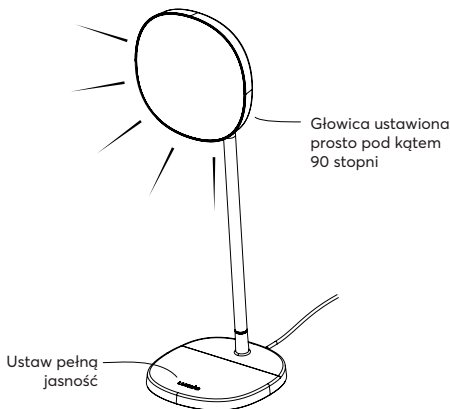
Nachyl urządzenie Task w kierunku twarzy, aby skorzystać z terapii jasnym światłem podczas wykonywania innych zadań.

Uwaga: Nie odchylaj głowicy o więcej niż 90 stopni. Możesz w ten sposób uszkodzić produkt.

Task w terapii jasnym światłem

Światło słoneczne jest naturalnym środkiem poprawiającym nastrój, który wpływa na biochemię ciała (np. poziom melatoniny i serotoniny). W przypadku niewystarczającej ekspozycji na słońce najlepszym rozwiązaniem zamiennym jest terapia jasnym światłem z użyciem urządzenia Task, które poprawia nastrój, zwiększa energię i wspomaga skupienie. Może także pomóc złagodzić objawy zimowej chandry.

- Światło powinno być ustawione na maksymalną jasność.



- Ustaw lampę Task, kierując światło w stronę twarzy, w odległości ok. 50 cm.

Nie musisz patrzeć prosto w światło, ale musi ono docierać do Twoich oczu, aby terapia przyniosła jakiegokolwiek efekty. Oznacza to, że możesz korzystać z lampy Task w trakcie czytania, pracy na laptopie, majsterkowania itd.

Częstotliwość stosowania

Dla dobrego samopoczucia

Naturalny rytm organizmu, który wpływa na nastrój, sen i ogólne samopoczucie, zależy od ilości światła (naturalnego i sztucznego), na jakie jest wystawiany.

Task naśladuje kolor i natężenie światła naturalnego, zatem sesja terapii jasnym światłem podczas przebywania w zamkniętych pomieszczeniach szybko poprawia nastrój, energię, koncentrację i wydajność. Codzienne używanie lampy Task może sprzyjać wykształceniu bardziej regularnego rytmu snu i czuwania, ułatwiając zasypianie i budzenie się wypoczętym.

W przypadku zimowej chandry

Pierwszych objawów zimowej chandry można spodziewać się już we wrześniu i październiku. Jeśli czujesz zmęczenie, niepokój lub rozdrażnienie, zacznij

używać lampy Task. Wraz z nadejściem wiosny można ograniczyć sesje naświetlania jasnym światłem. Jeśli objawy powrócą, wystarczy przez kilka dni ponownie używać lampy Task.

Pora stosowania

Jeśli korzystasz z lampy Task, aby złagodzić skutki zimowej chandry, najskuteczniejsze jest naświetlanie jasnym światłem rano i od niego polecamy rozpocząć. Dla niektórych osób korzystne jest naświetlanie wczesnym wieczorem.

Rano nie mogę się dobudzić

Włącz lampę Task tak szybko, jak to możliwe. Jeśli nie masz rano zbyt wiele czasu, polecamy wykonanie dodatkowej sesji uzupełniającej lub pełnej po południu.

Zbyt wcześnie ogarnia mnie senność

Używaj lampy Task późnym popołudniem lub wczesnym wieczorem. Najlepiej unikać jasnego światła niedługo (na około trzy godziny) przed pójściem spać, ponieważ może to utrudnić zasypianie.

Czas stosowania

Najlepsze efekty zapewnia światło o maksymalnej jasności, dlatego umieść lampę Task w odległości ok. 50 cm (na wyciągnięcie ręki) i rozpocznij od naświetlania przez 30 minut dziennie (1 500 lux). Może się okazać, że to wystarczy. Jeśli jednak nie zauważysz większych efektów, codziennie wydłużaj ekspozycję, aż przekonasz się, co działa na Ciebie najlepiej.

Jeśli wolisz ustawić lampę Task nieco dalej, do Twoich oczu będzie docierać mniej światła, a czas naświetlania będzie trzeba wydłużyć.

Analogicznie, jeśli wybierzesz mniejszą jasność, do Twoich oczu będzie docierać mniej światła, a czas naświetlania będzie trzeba wydłużyć.

Naświetlanie przez czas dłuższy niż sugerowany nie jest szkodliwe. Możesz przeprowadzić jedną, pełną sesję terapii jasnym światłem lub stosować lampę Task dorywczo w ciągu dnia, osiągając skumulowany efekt.

Jeśli poczujesz lekki ból oczu, spróbuj odsunąć lampę nieco dalej, zmniejszyć jej jasność lub wyłączyć ją na chwilę.

Niezależnie od tego, czy używasz Task, aby walczyć z zimową chandrą, czy dla poprawy ogólnego samopoczucia, gdy przekonasz się, jaki model sprawdza się u Ciebie najlepiej, staraj się używać lampy codziennie o tej samej porze.

Konserwacja

Czyść lub lekko zwilżoną ściereczką. Zawsze wyłącz urządzenie i pozwól mu ostygnąć, jeśli to konieczne.

Firma Lumie oferuje wymienne zasilacze sieciowe.

Żywotność diod LED

Diody LED w tym produkcie zachowują zwykle żywotność przez wiele lat, nawet przy użytkowaniu po kilka godzin dziennie.

Gwarancja

To urządzenie jest objęte gwarancją na wady fabryczne przez 3 lata od daty zakupu. Gwarancja stanowi uzupełnienie ustawowych uprawnień klienta. Jeśli konieczne jest odesłanie produktu do serwisu, użyj oryginalnego opakowania (w tym wewnętrznego), o ile to możliwe. Upewnij się, że zasilacz sieciowy nie będzie przemieszczał się podczas transportu, gdyż może to uszkodzić urządzenie. Jeśli urządzenie ulegnie uszkodzeniu w wyniku niewłaściwego użycia lub przypadkowego uszkodzenia, możemy być zmuszeni do naliczenia opłaty za jego naprawę. W takim przypadku najpierw skontaktujemy się z klientem. Dalsze porady można uzyskać od firmy Lumie.

 Numer seryjny (patrz podstawa urządzenia)



Importer

Opis techniczny

Może ulec zmianie bez powiadomienia.

Lumie Task

Zdejmowany element: Zasilacz sieciowy (w zestawie) 

Znamionowa moc wejściowa: 220–240 Vac, 50 Hz,
maks. 0,8 A (PF > 0,9)

Znamionowa moc wyjściowa: 12 V = 2 A (24 W)

Warunki pracy:

Zakres temperatury pracy: 5 °C do 35 °C

Wilgotność względna: 15% do 93% (bez kondensacji)

Ciśnienie atmosferyczne: 70 kPa do 106 kPa


Warunki przechowywania/transportu:

Temperatura: -25 °C do +70 °C

Wilgotność względna: 15% do 93% (bez kondensacji)

Ciśnienie atmosferyczne: 25 kPa do 106 kPa


Ten produkt zapewnia źródło światła o klasie efektywności energetycznej F.

 Deklaracja zgodności UE

 Zgodność z normami obowiązującymi w Wielkiej Brytanii

Kontakt z nami

W przypadku sugestii, które mogą pomóc nam w udoskonaleniu naszych produktów lub usług, lub w razie jakichkolwiek problemów i pytań, skontaktuj się z nami, wysyłając wiadomość e-mail pod adres info@lumie.com.

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

Lumie jest zastrzeżonym znakiem towarowym:
Outside In (Cambridge) Limited, zarejestrowana w Anglii i Walii.

Numer rejestracji: 2647359.

Nr VAT:

GB 880 9837 71 (UK)

NL 826301381B01 (EU)

task



Säkerhet

Läs bruksanvisningen. 

Kontakta Lumie innan användning om enheten är skadad.

Håll den borta från vatten och fukt.

Endast för användning inomhus.



Enheten blir varm när ljuset är tänd, så säkerställ att den inte övertäcks.

Använd enbart strömadaptern som medföljer.

Håll huvudströmadapter och kabel avskilda från uppvärmda ytor. Om någon av dessa är skadade bör de ersättas med godkända produkter från Lumie.

Den här apparaten har ingen AV- och PÅ-knapp. Dra ut nätsladden ur vägguttaget för att stänga av eller starta om. Du bör därför se till att uttaget är lättillgängligt.

Endast för vuxna och barn över 7 år. Barn som använder ljuset, eller som leker nära det, bör övervakas.

Varning – försök inte att utföra service på enheten eller modifiera någon av dess delar.



Om enheten har förvarats i temperatur som inte överensstämmer med rekommendationen för drift (5 °C till 35 °C), låt den vila under minst 1 timme innan du ansluter strömkällan för att undvika kondensation eller överhettning.

Ljuskällan i denna armatur skall endast ersättas av Lumie eller en auktoriserad Lumiedistributör.

Elektromagnetisk kompatibilitet

Elektrostatisk urladdning kan påverka produktens funktion. Om detta inträffar stänger du av enheten i minst 10 sekunder så att den återställs.

Task använder en beröringssensor för att styra ljuset. I sällsynta fall kan externa faktorer trigga touch-sensorn. Detta kan ibland leda till att ljuset varierar i intensitet eller att det tänds eller släcks. Om detta inträffar ska du använda touch-gränssnittet för att återställa lampornas ljus till den tidigare nivån. Task kommer att fortsätta fungera normalt och förblir säkert att använda.

Avfallshantering

Släng inte nätadaptern eller enheten med vanligt hushållsavfall. Ta dem till en återvinningsstation för ansvarsfull hantering.



VARNING!

Kontakta en läkare innan du använder produkten om något av följande gäller:

Du har allvarliga problem med ögonen eller har genomgått ögonoperation;

Du har uppmanats att undvika starkt ljus eller tar mediciner som kan orsaka ljuskänslighet;

Du har diagnostiserats med depression eller andra humör-/sömnstörningar. Detta är särskilt viktigt om du också tar medicin för detta eftersom ljusterapi kan påverka ditt humör.

Introduktion

Task är en professionell arbetslampa för ljusbehandling som nära efterliknar det naturliga dagsljuset för att hjälpa dig att förbättra humöret, öka din vakenhet och produktivitet samt stödja synen.

Tasks högpresterande LED-lampor med brett spektrum är skonsamma för ögonen samtidigt som de ger effektiv ljusterapi, så att du håller dig fokuserad, energisk och positiv. Med äkta färgåtergivning och tydlig kontrast ser du detaljer, text och texturer som de verkligen är, vilket gör det lättare att läsa eller arbeta med design-, hantverks- och konstprojekt.

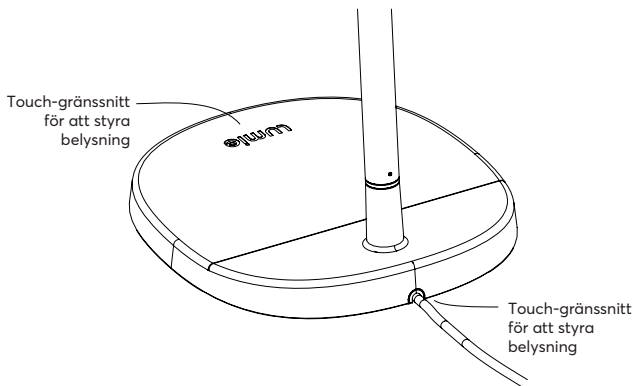
Färgtemperatur: 5000 K

Index för färgåtergivning: 95

Vid maximal ljusstyrka levererar Task 10 000 lux vid 15 cm.

Läs instruktionerna noggrant för att få ut mesta möjliga av Task.

Lådans innehåll



- Anslut huvudströmkällan till uttaget vid enhetens botten.
- Placera Task på en plan yta.
- Anslut nätsladden.

Lumies touch-gränssnitt tänds kort medan sensorn kalibreras.

Task är nu redo att användas.

Obs: Om du använder Task och touch-gränssnittet inte verkar fungera som det ska kan du upprepa de sista stegen och se till att du inte trycker på touch-gränssnittet medan sensorn kalibreras.

Belysningskontroll

Ljuset styrs med hjälp av touch-gränssnittet.

The Lumie logo is displayed in a dark grey, rounded rectangular box. The word "lumie" is written in a lowercase, sans-serif font.

- Dra ditt finger över touch-gränssnittet.

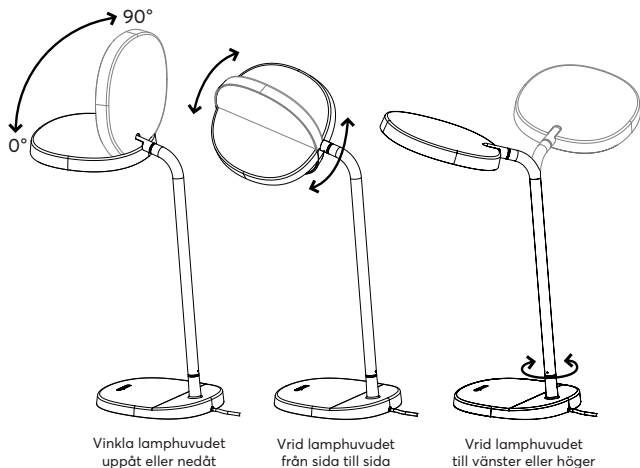
När du använder touch-gränssnittet lyser bokstäverna individuellt för att indikera ljusstyrka.

- Dra förbi 'e' för full ljusstyrka.
- Dra förbi 'l' för att stänga av.
- Eller lyft fingret någonstans däremellan.

Nu lyser hela Lumie-gränssnittet upp om ljuset är på (oavsett ljusstyrka), eller inte om ljuset är släckt.

Arbetsbelysning

Task är en mycket justerbar arbetslampa som tar lite plats för användning på kontoret, i verkstaden eller studion. Dagsljussimulerande LED-lampor ger utmärkt kontrast för läsning och detaljerat arbete och kan bidra till att minska ansträngningen för ögonen. Om du tittar på konstverk och kreativa verk under naturliga förhållanden kommer de verkliga färgerna fram och verken framträder på bästa sätt.



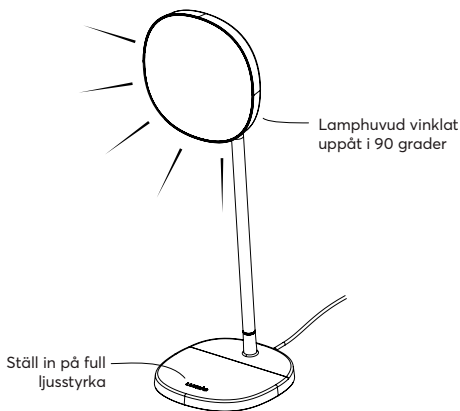
Vinkla Task mot ansiktet för ljusterapi medan du gör något annat.

Obs: Vinkla inte lamphuvudet mer än 90 grader då du kan skada produkten.

Task för ljusterapi

Solljus förbättrar humöret naturligt och påverkar kroppskemin (t.ex. melatonin- och serotoninivåer). Om du inte får tillräckligt med dagsljus är ljusbehandling med Task det näst bästa sättet att bli på bättre humör, öka energinivåerna och känna dig piggare. Det kan också hjälpa till att lindra symtom på vinterdepression.

- Se till att lampan är på maximal ljusstyrka.
- Placera Task på armlängds avstånd (ca 50 cm) med ljuset vinklat mot ansiktet.



Även om du inte behöver stirra på det måste ljuset nå ögonen för att ha effekt. Det innebär att du kan

använda Task när du läser, arbetar på en bärbar dator, skapar o s v.

Hur ofta?

För ökat välbefinnande

Kroppens naturliga rytmer, som påverkar humöret, sömnen och ditt allmänna välbefinnande, styrs av hur mycket ljus (naturligt och artificiellt) du utsätts för.

Task efterliknar det naturliga ljusets färg och intensitet, så om du är inomhus fungerar en ljusbehandling snabbt för att förbättra ditt humör, din energi, fokus och prestation. Om Task används dagligen kan den främja ett mer regelbundet sömn- och uppvakningsmönster, vilket gör det lättare att somna och vakna och känna sig mer utvilad.

För vinterdepression

Se upp för tidiga tecken på vinterdepression i september/oktober och om du börjar känna dig mer trött, orolig eller irriterad, börja använda Task. När våren kommer kan du dra ner på sessioner med starkt ljus. Om symptomen återkommer använder du bara Task igen i några dagar.

När?

Om du använder Task för att hjälpa till med vinterdepression, är starkt ljus på morgonen mest effektivt, så prova det först. För vissa människor är exponering för ljus på tidiga kvällar fördelaktigt.

Jag har svårt att komma igång på morgonen

Slå på Task så snart du kan. Om du inte har mycket tid på morgonen bör du sträva efter en påfyllnings- eller full session på eftermiddagen.

Jag känner mig trött eller somnar för tidigt

Använd Task sent på eftermiddagen eller tidigt på kvällen. Det är bäst att undvika starkt ljus för nära inpå sänggåendet, inom cirka tre timmar, eftersom det då kan bli svårt att sova.

Hur länge?

Med ljuset på full ljusstyrka får du maximal nytta, så placera Task på armlängds avstånd (ca 50 cm) och börja med 30 minuter per dag (1 500 lux). Du kanske tycker att det här räcker men om du inte direkt märker någon effekt ökar du exponeringen varje dag tills du hittar något som fungerar för dig.

Om du är mer bekväm med att placera Task längre bort kommer mindre ljus att nå dina ögon och du måste använda den längre.

På samma sätt når mindre ljus dina ögon om du använder Task med reducerad ljusstyrka, och du måste använda den längre.

Det är inte skadligt att använda ljuset längre än rekommenderat. Du kan göra terapin med starkt ljus på en och samma gång eller använda Task till och från hela dagen för en kumulativ effekt.

Om du tycker att ögonen värker kan du försöka placera lampan längre bort, minska ljusstyrkan eller stänga av den ett tag.

Oavsett om du använder Task för vinterdepression eller för allmänt välbefinnande, när du hittat ett mönster som är rätt för dig kan du försöka använda den ungefär samma tid varje dag.

Underhåll

Rengör endast med en torr eller lätt fuktad trasa. Koppla alltid från kontakten först och låt den svalna vid behov.


Ersättningsnätadapterar är tillgängliga via Lumie.

LED-lampans livslängd

LED-lamporna i produkten håller vanligtvis i många år, även med flera timmars användning varje dag.

Garanti

Denna enhet omfattas av garantin för eventuella tillverkningsfel i 3 år från inköpsdatumet. Detta gäller som tillägg till dina lagstadgade rättigheter. Använd originalförpackningen (inklusive intern förpackning) om möjligt om du behöver returnera produkten för service. Se till att nätadaptern förhindras från att förflyttas och skada enheten under transport. Om enheten är skadad, genom felaktig användning eller oavsiktlig skada, kan vi behöva ta ut en kostnad för reparation. Vi kommer att kontakta dig först. Kontakta Lumie för ytterligare hjälp.

 Serienummer (se enhetens bas)

 Importör

Teknisk beskrivning

Med förbehåll för ändringar utan föregående meddelande.

Lumie Task

Avtagbart tillbehör: Strömadapter (medföljer) 

Nominell inmatning: 220–240 Vac, 50 Hz, 0,8 A max.
(PF > 0,9)

Nominell utgång: 12 V \Rightarrow 2 A (24 W)

Driftsförhållanden:

Temperatur: 5 °C till 35 °C

Relativ luftfuktighet: 15 % till 93 % (icke-kondenserande)

Atmosfärstryck: 70 kPa till 106 kPa

Förvarings-/transportförhållanden:

Temperatur: -25 °C till +70 °C

Relativ luftfuktighet: 15 % till 93 % (icke-kondenserande)

Atmosfärstryck: 25 kPa till 106 kPa


Denna produkt innehåller en ljuskälla med energieffektivitetsklass F.

 Överensstämmer med EU standard

 Bedömd överensstämmelse i Storbritannien

Kontakta oss

Om du har några frågor om eller problem med produkten, eller har förslag som du tror kan hjälpa oss att förbättra produkterna eller tjänsterna, får du gärna skicka e-post till info@lumie.com.

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

Lumie är ett registrerat varumärke av:
Outside In (Cambridge) Limited, registrerat i England
och Wales.

Registreringsnummer: 2647359.

Momsregistreringsnummer:


GB 880 9837 71 (UK)

NL 826301381B01 (EU)


task




Sikkerhet

Les bruksanvisningen. 

Hvis enheten er skadet, bør du kontakte Lumie før du begynner å bruke den.

Må ikke komme i kontakt med vann og damp. 

Kun til innendørs bruk. 


Enheden blir varm når lampen er på, så pass på at den ikke tildekkes.

Bruk kun den medfølgende strømadapteren.

Hold strømadapteren og kabelen unna varme overflater. Hvis de blir skadet, må de byttes ut med et godkjent Lumie-produkt.

Dette apparatet har ingen PÅ/AV-bryter. Hvis du vil slå av eller starte enheten på nytt, trekker du strømadapteren ut av stikkontakten. Derfor bør du sørge for at kontakten er lett tilgjengelig.

Skal kun brukes av voksne og barn over 7 år. Barn som bruker lampen eller leker i nærheten av den, må være under tilsyn.

Advarsel! Du må ikke prøve å reparere eller endre noen del av enheten. 

Hvis enheten har vært oppbevart utenfor anbefalt driftstemperatur (5 til 35 °C), må du la den stå i minst én time før du kobler den til strømmen igjen. På denne måten unngår du kondens og overoppheting.


Lyskilden i denne armaturen skal bare skiftes ut av Lumie eller en autorisert Lumiedistributør.

Elektromagnetisk kompatibilitet

Elektrostatisk utladning kan påvirke produktets funksjonalitet. Hvis dette skjer, slår du av enheten i minst 10 sekunder, og enheten tilbakestilles.

Task bruker en berøringssensor for å kontrollere lyset. I sjeldne situasjoner kan eksterne forhold utløse berøringssensoren. Dette kan av og til føre til at lyset varierer i intensitet eller slår seg på eller av. Hvis dette skjer, bruker du berøringsgrensesnittet for å stille inn lyset til forrige nivå. Task vil fortsette å fungere normalt og er fortsatt trygt å bruke.

Avhending

Ikke kast strømadapteren eller enheten sammen med vanlig husholdningsavfall. Ta dem til en offentlig gjenvinningsstasjon for forsvarlig deponering. 

ADVARSEL!

Kontakt lege før du bruker dette produktet, hvis noe av følgende gjelder:

Du har et alvorlig øyeproblem eller har hatt øyekirurgi;

Du har blitt anbefalt å unngå sterkt lys eller tar medisiner som kan forårsake lysfølsomhet.

Du har fått diagnose på depresjon eller andre humør-/søvnforstyrrelser. Dette er spesielt viktig hvis du også tar medisiner for dette, siden lysterapi kan påvirke humøret.

Introduksjon

Task er en profesjonell arbeids- og lysterapilampe som etterligner naturlig dagslys. Slik kan den bidra til å optimalisere humør, øke årvåkenhet og produktivitet, og hjelpe synet ditt.

Tasks bredspektrede LED-pærer med høy ytelse er skånsomme mot øynene mens de leverer effektiv lysterapi, slik at du holder deg fokusert, energisk og positiv. Ekte fargegjengivelse og klar kontrast lar deg se detaljer, tekst og teksturer slik de virkelig er, noe som gjør det enklere å lese eller jobbe med design-, håndverk- og kunstprosjekter.

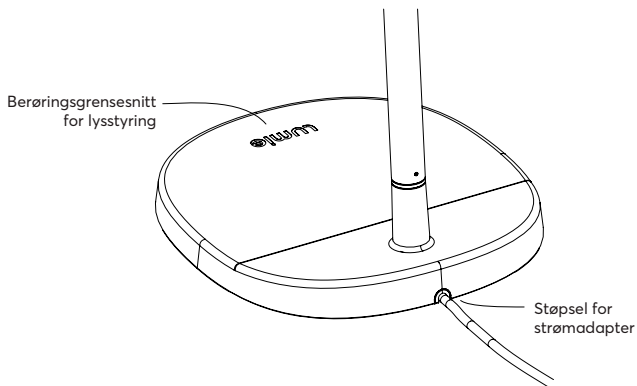
Fargetemperatur: 5000 K

Fargegjengivelsesindeks: 95

Med maksimal lysstyrke avgir Task 10 000 lux ved 15 cm.

Les disse instruksjonene nøye for å få mest mulig ut av Task.

Direkte fra esken



- Koble strømadapteren til kontakten på undersiden av klokken.
- Plasser Task på et flatt underlag.
- Sett den inn i stikkontakten.

Lumies berøringsgrensesnitt lyser opp et kort øyeblikk mens sensoren kalibreres.

Task er nå klar til bruk.

Merk: Hvis du bruker Task og berøringsgrensesnittet ikke ser ut til å fungere ordentlig, gjentar du de siste trinnene. Pass på at du ikke trykker på berøringsgrensesnittet mens sensoren kalibreres.

Belysningskontroll

Lyset styres av berøringsgrensesnittet.

The Lumie logo is displayed in a dark grey, rounded rectangular box. The word "lumie" is written in a lowercase, sans-serif font.

- Dra fingeren over berøringsgrensesnittet.

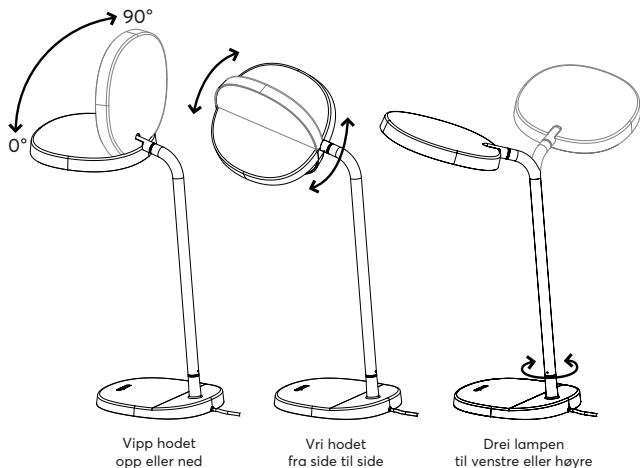
Når du bruker berøringsgrensesnittet, lyser bokstavene individuelt for å indikere lysstyrke.

- Dra fingeren forbi «e» for å få maksimal lysstyrke.
- Dra fingeren forbi «l» for å slå den av.
- Eller løft fingeren hvor som helst i mellom.

Nå lyser hele lumie-grensesnittet hvis lyset er på (med hvilken som helst lysstyrke) og er av hvis lyset er av.

Arbeidsbelysning

Task er en svært justerbar arbeidslampe med et lite fotavtrykk for bruk på kontoret, i verkstedet eller studioet. Dagslyssimulerende LED-lys gir utmerket kontrast for lesing og detaljert arbeid, og kan bidra til å redusere belastningen på øynene. Når du viser kunstverk og kreative prosjekter under naturlige forhold får du frem de sanne fargene og kan vise designene dine på sitt beste.



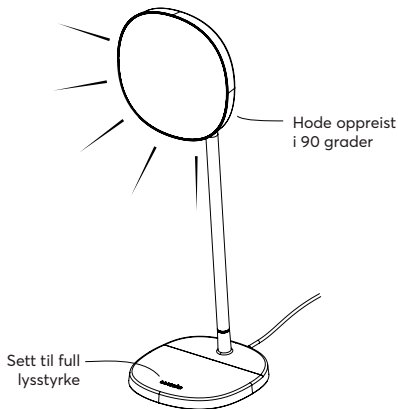
Vend Task mot ansiktet ditt for lysterapi med sterkt lys mens du holder på med noe annet.

Merk: Ikke dytt hodet forbi 90 grader for å unngå å skade produktet.

Task for lysterapi med sterkt lys

Sollys har en naturlig innflytelse på humøret. Det påvirker kroppens kjemi (f.eks. melatonin- og serotoninnivåer). Hvis du ikke får nok eksponering for dagslys, er lysterapi med sterkt lys med Task det nest beste. Det kan sette deg i bedre humør, øke energinivået og hjelper deg til å føle deg mer våken. Det kan også bidra til å lindre symptomene på vinterdepresjon.

- Forsikre deg om at lampen er satt til maksimal lysstyrke.
- Plasser Task en armlengde unna (ca. 50 cm), slik at lyset er vendt mot ansiktet ditt.



Selv om du ikke trenger å stirre på det, må lyset nå øynene dine for å ha effekt. Dette betyr at du kan bruke Task mens du leser, jobber på datamaskinen, driver med håndarbeid osv.

Hvor ofte?

For økt velvære

Kroppens naturlige rytmer, som påvirker humør, søvn og generell velvære, styres av hvor mye lys (naturlig og kunstig) du utsettes for.

Task etterligner fargen og intensiteten til naturlig lys, så hvis du er innendørs, fungerer en lysterapiøkt med sterkt lys raskt for å forbedre humør, energi, fokus og ytelse. Brukt daglig, kan Task bidra til et mer regelmessig søvn-/våkne mønster, noe som gjør det lettere å sovne og våkne mer uthvilt.

For vinterdepresjon

Se opp for tidlige tegn på vinterdepresjon i september/oktober. Hvis du begynner å føle deg mer sliten, engstelig eller irritabel, kan du begynne å bruke Task. Når våren kommer, kan du kutte ned på lysterapiøktene. Hvis symptomene kommer tilbake, kan du bruke Task igjen i noen dager.

Når?

Hvis du bruker Task for å unngå vinterdepresjon, er sterkt lys om morgenen mest effektivt, så prøv det først. For noen personer er lyseksposering tidlig på kvelden fordelaktig.

Jeg synes det er vanskelig å komme i gang om morgenen

Slå på Task så snart du kan. Hvis du ikke har god tid om morgenen, bør du satse på en påfyllingsøkt eller en full økt på ettermiddagen.

Jeg er ofte trett eller sovner for tidlig

Bruk Task sent på ettermiddagen eller tidlig på kvelden. Det er best å unngå sterkt lys for nær sengetid (opptil tre timer før du legger deg) da du kan få problemer med å sovne.

Hvor lenge?

Med full lysstyrke får du maksimalt utbytte. Plasser Task på armlengdes avstand (ca. 50 cm) og start med 30 minutter om dagen (1 500 lux). Du synes kanskje at dette er nok, men hvis du ikke merker noen forskjell, øker du eksponeringen hver dag til du finner det som fungerer for deg.

Hvis du foretrekker å ha Task lenger unna, når mindre lys øynene dine. Da trenger du en lengre økt.

På samme måte, hvis du foretrekker å bruke Task med redusert lysstyrke, når mindre lys øynene dine. Da trenger du en lengre økt.

Det skader ikke å bruke lampen lenger enn antydnet. Du kan ta lysterapien i én økt eller bruke Task i små perioder i løpet av dagen for en kumulativ effekt.

Hvis du føler litt ubehag i øynene, kan du prøve å sette lampen lenger unna, redusere lysstyrken eller slå den av en stund.

Enten du bruker Task mot vinterdepresjon eller for generelt velvære – når du har funnet en rutine som passer for deg, kan du prøve å bruke lampen til samme tid hver dag.

Vedlikehold

Den skal kun regjøres med en tørr eller lettfuktet klut. Trekk alltid ut støpselet og la det avkjøles om nødvendig.


Nye strømadaptere er tilgjengelige fra Lumie.

LED-levetid

LED-pærene i dette produktet varer vanligvis i mange år, selv med flere timers bruk hver dag.

Garanti

Denne enheten dekkes av en garanti mot produksjonsfeil i 3 år fra kjøpsdatoen. Dette kommer i tillegg til lovfestede rettigheter. Hvis du må returnere produktet for service, bør du bruke originalemballasjen (inkludert indre emballasje) om mulig. Påse at strømadapteren ikke ligger løst under transporten, den kan skade enheten. Hvis enheten mottas i skadet tilstand, på grunn av misbruk eller tilfeldig skade, må vi eventuelt fakturere deg for å reparere den. I så fall kontakter vi deg først. Ta kontakt med Lumie for ytterligere råd.

 Serienummer (se enhetens underside)

 Importør

Teknisk beskrivelse

Vi forbeholder oss retten til å foreta endringer uten forhåndsvarsel.

Lumie Task

Avtakbart tilbehør: Strømadapter (følger med)

Nominell inngang: 220–240 V vekselstrøm, 50 Hz, 0,8 A maks. (PF > 0,9)

Nominell utgang: 12 V = 2 A (24 W)

Driftsforhold:

Temperatur: 5 °C til 35 °C

Relativ luftfuktighet: 15 % til 93 % (ikke-kondenserende)

Atmosfærisk trykk: 70 kPa til 106 kPa

Oppbevarings-/transportforhold:

Temperatur: -25 °C til +70 °C

Relativ luftfuktighet: 15 % til 93 % (ikke-kondenserende)

Atmosfærisk trykk: 25 kPa til 106 kPa


Dette produktet inneholder en lyskilde for energieffektivitetsklasse F.

CE Europeisk samsvarserklæring

**UK
CA** Storbritannias samsvars vurdering

Kontakt oss

Hvis du har spørsmål eller problemer som gjelder dette produktet, eller har forslag du mener kan hjelpe oss med å forbedre produktene og tjenestene våre, kan du kontakte oss via e-post på info@lumie.com.

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

Lumie er et registret varemerke for:

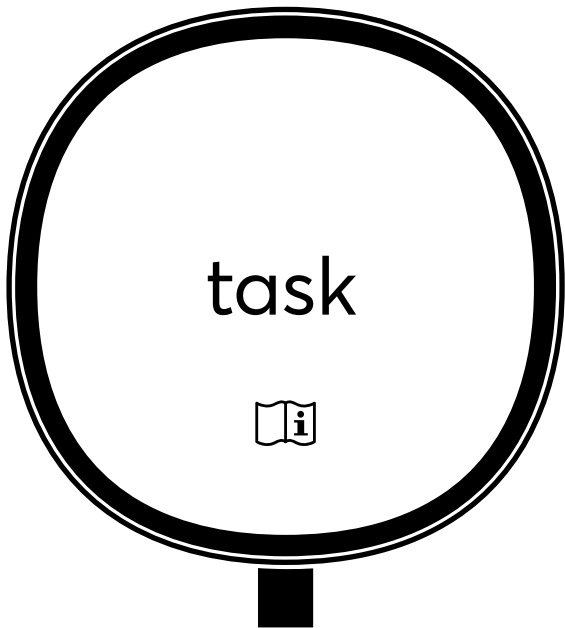
Outside In (Cambridge) Limited, registrert i England og Wales.

Organisasjonsnummer: 2647359.

MVA-nummer:

GB 880 9837 71 (UK)

NL 826301381B01 (EU)




Sikkerhed

Læs instruktionerne, før produktet tages i brug. 

Hvis enheden er beskadiget, skal du kontakte en Lumie, før enheden tages i brug.

Skal holdes væk fra vand og fugt. 

Kun til indendørs brug. 


Enheden bliver varm, når lyset er tændt, så du skal sørge for, at den ikke er tildækket.

Brug kun den medfølgende strømforsyning.

Hold strømadapteren og kablet væk fra opvarmede overflader. Hvis adapteren eller kablet er beskadiget, skal den defekte del udskiftes med et godkendt Lumie-produkt.

Dette apparat har ikke en tænd/sluk-knap. Du kan slukke eller nulstille enheden ved at tage adapteren ud af stikkontakten. Du skal derfor sørge for, at der er nem adgang til stikkontakten.

Må kun bruges af voksne og børn over 7 år. Børn, der bruger lampen eller leger i nærheden af den, skal overvåges.

Forsigtig – forsøg ikke at servicere eller modificere nogen dele af  enheden.

Hvis enheden er blevet opbevaret i temperaturer uden for de anbefalede driftstemperaturer (5 °C til 35 °C), skal den stå i mindst 1 time, inden strømmen tilsluttes, så der ikke opstår kondens eller overophedning.

Den indbyggede lyskilde må kun udskiftes af Lumie eller en autoriseret Lumie-forhandler.

Elektromagnetisk kompatibilitet

Elektrostatisk afladning kan påvirke produktets funktionalitet. Hvis dette sker, skal du blot slukke for enheden i mindst 10 sekunder, så den nulstilles.

Task bruger en berøringssensor til at styre lyset. I sjældne situationer kan berøringssensoren blive aktiveret af eksterne faktorer. I sådanne situationer kan lyset variere i intensitet eller tænde eller slukke af sig selv. Hvis dette sker, skal du bruge berøringsgrænsefladen for at indstille lyset til det tidligere niveau. Task vil fortsætte med at fungere normalt, og det er fortsat sikkert at bruge den.

Bortskaffelse

Strømadapteren og selve enheden må ikke bortskaffes sammen med almindeligt husholdningsaffald. De skal afleveres på en genbrugsstation, så de kan blive bortskaffet på ansvarlig vis.

**ADVARSEL!**

I følgende situationer skal du rådføre dig med din læge, før du bruger produktet:

Du har store problemer med øjnene eller har fået foretaget en øjenoperation.

Du er blevet tilrådet at undgå stærkt lys eller tager medicin, der kan forårsage lysfølsomhed.

Du er blevet diagnosticeret med depression eller andre humør-/søvnforstyrrelser. Dette er især vigtigt, hvis du også tager medicin for dette, da lysterapi kan påvirke dit humør.

Introduktion

Task er en professionel arbejdslampe til lysbehandling, der efterligner det naturlige dagslys og hjælper med at optimere dit humør, forbedre din opmærksomhed og produktivitet samt støtter dit syn.

Task's højtydende bredspektrede LED'er er skånsomme for øjnene og leverer samtidig effektiv lysterapi, så du forbliver fokuseret, energisk og positiv. Med ægte farvegengivelse og klar kontrast kan du se detaljer, tekst og teksturer som de virkelig er, hvilket gør det lettere at læse eller arbejde med design, håndværk og kunstprojekter.

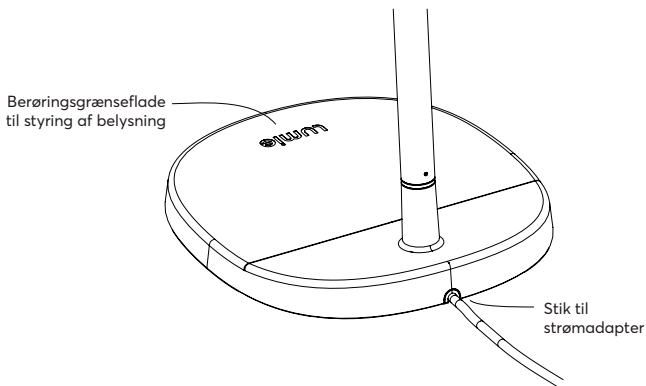
Farvetemperatur: 5000 K

Farvegengivelsesindeks: 95

Når lysstyrken er sat på maks., leverer Task 10 000 lux ved 15 cm.

Læs disse instruktioner omhyggeligt for at få mest muligt ud af Task.

Klar til brug



- Slut strømforsyningen til stikket i bunden af enheden.
- Placer Task på en plan overflade.
- Sæt stikket i stikkontakten.

Lumie-berøringsgrænsefladen tændes kortvarigt, mens sensoren kalibreres.

Task er nu klar til brug.

Bemærk: Hvis du bruger Task, og berøringsgrænsefladen ikke ser ud til at fungere korrekt, skal du gentage de sidste trin og sørge for, at du ikke trykker på berøringsgrænsefladen, mens sensoren kalibrerer.

Styring af belysning

- Lyset styres af berøringsgrænsefladen.

The Lumie logo is displayed in a dark grey, rounded rectangular box. The word "lumie" is written in a lowercase, sans-serif font, with the 'l' being significantly larger than the other letters.

- Før fingeren hen over berøringsfladen.

Når du bruger berøringsgrænsefladen, lyser bogstaverne individuelt op for at angive lysstyrken.

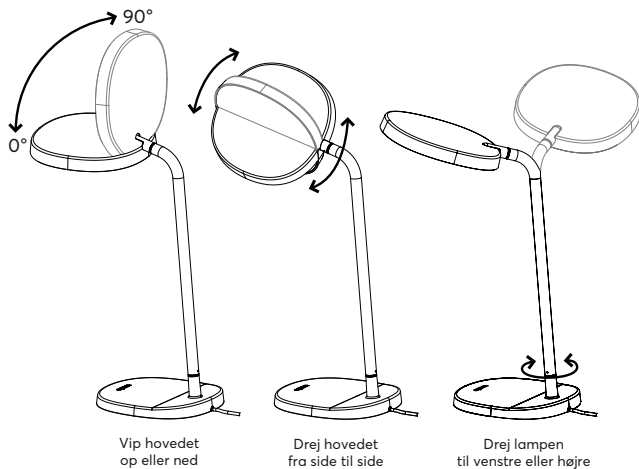
- Skub til højre forbi "e" for at få fuld lysstyrke.
- Skub til venstre forbi "l" for at slukke.
- Eller løft din finger et sted midt imellem.

Nu lyser hele "lumie"-grænsefladen op, hvis lyset er tændt (uanset lysstyrke), og er slukket, hvis lyset er slukket.

Arbejdsbelysning

Task er en meget justerbar arbejdslampe med et lille fodaftryk til brug på kontoret, værkstedet eller i dit atelier. LED'er, der simulerer dagslys, giver fremragende kontrast til læsning og detaljeret arbejde og kan hjælpe med at reducere øjenbelastning. Ved at se kunstværker og kreative projekter under naturlige

forhold kommer de sande farver frem og viser dine designs fra deres bedste side.



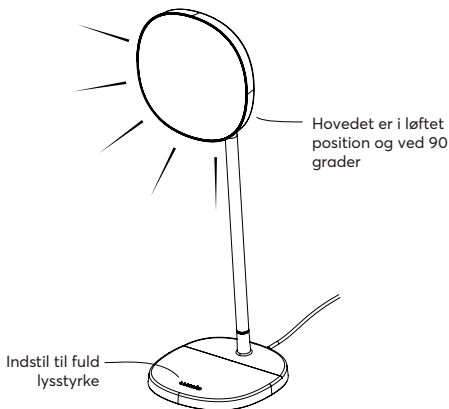
Ret Task mod dit ansigt for at få lysbehandling, mens du er i gang med noget andet.

Bemærk: Undlad at skubbe hovedet mere end 90 grader for ikke at beskadige produktet.

Task til lysbehandling med stærkt lys

Sollys er en naturlig humørforstærker, der påvirker kroppens kemi (f.eks. melatonin- og serotonin-niveauer). Hvis du ikke får nok dagslys, er lysbehandling med Task det næstbedste, der kan gøre dig i bedre humør, øge din energi og hjælpe dig med at føle dig mere vågen. Det kan også hjælpe med at lindre symptomerne på vinterdepression.

- Sørg for, at lyset er på maksimal lysstyrke.
- Placer Task i armlængde (ca. 50 cm) fra dig med lyset vinklet mod dit ansigt.



Du ikke behøver ikke at stirre på det, men lyset skal nå dine øjne for at have en effekt. Det betyder, at du kan bruge Task, mens du læser, arbejder på din bærbare computer, arbejder med håndværk, osv.

Hvor ofte?

Støtte til velvære

Din krops naturlige rytme, som påvirker humør, søvn og dit generelle velbefindende, afhænger af, hvor meget lys (naturligt og kunstigt) du bliver udsat for.

Task efterligner farven og intensiteten af naturligt lys, så hvis du er indendørs, kan en lysterapisession hurtigt forbedre dit humør, fokus, din energi og ydeevne. Ved daglig brug kan Task fremme et mere regelmæssigt søvn/vågnemønster, hvilket gør det lettere at falde i søvn og vågne op med en mere frisk følelse.

Mod vinterdepressioner

Hold øje med dit humør omkring september/oktober, og hvis du begynder at blive mere træt, ængstelig eller irriteret, kan du med fordel begynde at bruge Task. Om foråret kan du skære ned på sessionerne med det skarpe lys. Hvis symptomerne vender tilbage, skal du blot bruge Task igen i et par dage.

Hvornår?

Hvis du bruger Task til at holde en vinterdepression på afstand, er det mest effektivt at bruge lysterapi med skarpt lys om morgenen, så prøv det først. For nogle mennesker virker det dog bedst at gøre det om aftenen.

Jeg har svært ved at komme i gang om morgenen

Tænd for Task, så snart du kan. Hvis du ikke har tid om morgenen, kan du satse på en længere session om eftermiddagen.

Jeg føler mig søvrig eller falder for tidligt i søvn

Brug Task sidst på eftermiddagen eller tidligt om aftenen. Det er bedst at undgå stærkt lys for tæt på sengetid – altså ca. tre timer før sengetid – da du så kan have svært ved at falde i søvn.

Hvor længe?

Med lyset på fuld lysstyrke får du det maksimale udbytte, så placer Task i armslængde (ca. 50 cm) , og start med 30 minutter om dagen (1 500 lux). Dette er måske nok, men hvis du ikke mærker nogen effekt, kan du øge varigheden af den daglige lysterapi, indtil du finder en sessionslængde, der virker for dig.

Hvis du har det bedst med, at Task er placeret længere væk, får dine øjne mindre mængde lys, så sessionen skal vare længere for at opnå den samme effekt.

På samme måde gælder, at hvis du bruger Task ved reduceret lysstyrke, vil mindre lys nå dine øjne, og du skal bruge den i længere tid.

Det er ikke skadeligt at bruge lyset i længere tid end anbefalet. Du kan få din lysbehandling på én gang eller bruge Task til-og-fra i løbet af dagen for at opnå en kumulativ effekt.

Hvis du synes, at dine øjne bliver lidt tømme efter en behandling, kan du prøve at stille lampen lidt længere væk, mindske lysstyrken eller slukke for den et stykke tid.

Uanset om du bruger Task som værn mod vinterdepression eller til generel velvære, skal du finde et mønster, der er rigtigt for dig, og så bruge det omkring det samme tidspunkt hver dag.

Vedligeholdelse

Rengør kun med en tør eller let fugtig klud. Tag altid stikket ud af stikkontakten først, og lad det afkøle om nødvendigt.


Ekstra strømadaptere fås hos Lumie.

LED-levetid

LED-lamperne i dette produkt vil typisk holde i mange år, selv med flere timers brug hver dag.

Garanti

Denne enhed er dækket af garanti mod enhver fabrikationsfejl i 3 år fra købsdatoen. Dette er i tillæg til dine lovbestemte rettigheder. Hvis du har brug for at returnere produktet til reparation, skal du bruge den originale emballage (inklusive indvendig indpakning), hvis det er muligt. Sørg for, at strømadapteren ikke kan bevæge sig under transporten og derved beskadige enheden. Hvis enheden modtages beskadiget som følge af misbrug eller utilsigtet skade, vil vi muligvis tage penge for at reparere den. I så fald kontakter vi dig først. Kontakt Lumie, hvis du vil have flere oplysninger.

 Serienummer (se i bunden af enheden)



Importør

Teknisk beskrivelse

Med forbehold for ændringer uden varsel.

Lumie Task

Aftageligt tilbehør: strømadapter (medfølger) 

Nominelt input: 220-240 V vekselstrøm, 50 Hz, maks.
0,8 A (PF > 0,9)

Nominelt output: 12 V == 2 A (24 W)

Driftsmiljø:

Temperatur: 5 °C til 35 °C

Relativ luftfugtighed: 15 % til 93 % (ikke-kondenserende)

Lufttryk: 70 kPa til 106 kPa

Opbevarings-/transportforhold:

Temperatur: -25 °C til +70 °C

Relativ luftfugtighed: 15 % til 93 % (ikke-kondenserende)

Lufttryk: 25 kPa til 106 kPa


Dette produkt indeholder en lyskilde i
energieffektivitetsklasse F.

 Europæisk overensstemmelseserklæring

 Overensstemmelseserklæring i Storbritannien

Kontakt os

Hvis du har spørgsmål eller problemer angående dette produkt eller har forslag, som du mener, kan hjælpe os med at forbedre vores produkter eller tjenester, bedes du sende en e-mail til info@lumie.com.

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

Lumie er et registreret varemærke tilhørende:
Outside In (Cambridge) Limited, registreret i England
og Wales.

Registreringsnummer: 2647359.

Momsnr.:

GB 880 9837 71 (UK)

NL 826301381B01 (EU)


task



Turvallisuus

Lue käyttöohjeet. 

Jos laite on vaurioitunut, ota yhteyttä Lumieen ennen käyttöä.

Pidä poissa vedestä ja kosteudesta. 

Vain sisäkäyttöön. 


Älä peitä laitetta, sillä se lämpenee, kun valo on päällä.

Käytä vain mukana toimitettua verkkovirtasovitinta.

Älä pidä verkkovirtasovitinta ja johtoa lämpimällä pinnalla. Jos sovitin tai johto vaurioituu, ne pitää vaihtaa hyväksytyyn Lumie-tuotteeseen.

Tässä laitteessa ei ole ON/OFF-kytkintä. Voit katkaista virran tai palauttaa asetukset irrottamalla verkkovirtasovittimen pistorasiasta. Pistorasian luokse pitää siis päästä vaivatta.

Vain aikuisten ja yli seitsemänvuotiaiden lasten käyttöön. Valoa käyttäviä tai sen läheisyydessä leikkiviä lapsia pitää valvoa.

Huomio: älä yritä huoltaa tai muokata mitään laitteen osaa. 

Jos laitetta on säilytetty suositeltujen käyttölämpötilojen (5–35 °C) vastaisesti, anna sen olla paikallaan vähintään tunnin ajan ennen virran kytkemistä kondensaation tai ylikuumentumisen välttämiseksi.


Valaisimen sisältämän valonlähteen saa vaihtaa vain Lumie tai valtuutettu Lumie-jakelija.

Sähkömagneettinen yhteensopivuus

Sähköstaattinen purkaus voi vaikuttaa tuotteen toimintaan. Jos näin tapahtuu, kytke virta pois päältä vähintään 10 sekunniksi. Laitteen asetukset palautetaan.

Task-valaisimessa valoa säädetään kosketusanturilla. Joskus voi käydä niin, että ulkoiset olosuhteet laukaisevat kosketusanturin. Tämä voi toisinaan aiheuttaa valon voimakkuuden vaihtelua tai virran kytketymisen tai katkaisun. Jos näin käy, aseta kosketuspaneelista valo aiemmalle tasolle. Task jatkaa toimintaansa normaalisti ja on edelleen turvallinen käyttöä.

Hävittäminen

Älä hävitä verkkovirtasovitinta tai laitetta tavallisen kotitalousjätteen mukana. Hävitä ne asianmukaisesti viemällä ne viralliseen kierrätyspisteeseen. 

VAROITUS!

Keskustele lääkärin kanssa ennen tuotteen käyttöä, jos jokin seuraavista pätee sinuun:

Sinulla on vakava silmävaiva tai sinulle on tehty silmäleikkaus.

Sinua on kehoitettu välttämään kirkkaita valoja tai sinulla on lääkitys, joka voi aiheuttaa valoherkkyyttä.

Sinulla on diagnosoitu masennus tai muu mieliala- tai unihäiriö. Tämä on huomioitava erityisesti, jos sinulla on tähän lääkitys, koska myös valohoito voi vaikuttaa mielialaan.

Esittely

Task on ammattikäyttöön tarkoitettu kirkasvalolamppu, joka jäljittelee luonnonvaloa ja auttaa optimoimaan mielialaa, parantamaan vireystilaa ja tuottavuutta sekä näkemään paremmin.

Task-valaisimessa on huipputehoiset, laajakirjoiset LED-valot, jotka ovat hellävaraisia silmille ja samalla tehokkaita auttaen pitämään yllä keskittyneisyyttä, energisyyttä ja positiivisuutta. Täysvärisyyden ja selkeän kontrastin ansiosta näet yksityiskohdat, tekstin ja pintakuviot sellaisina kuin ne todellisuudessa ovat, mikä helpottaa lukemista ja työskentelyä suunnittelutöiden, käsitöiden ja taideprojektien parissa.

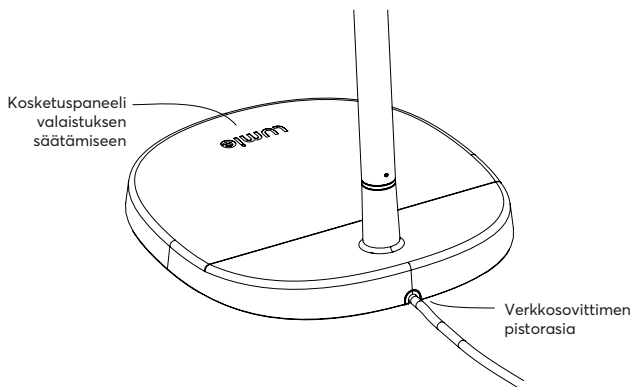
Väriämpötila: 5000 K

Värintoistoindeksi: 95

Kun Task on kirkkaimmillaan, se tuottaa 10 000 luksia 15 cm:n etäisyydellä.

Lue nämä ohjeet huolellisesti, jotta saat suurimman hyödyn Task valaisimesta.

Käyttövalmis



- Kytke verkkovirtasovitin laitteen takana olevaan pistorasiaan.
- Aseta Task tasaiselle alustalle.
- Kytke pistoke pistorasiaan.

Lumien kosketuspaneeli valaistaa hetkellisesti anturin kalibroinnin ajaksi.

Task on nyt käyttövalmis.

Huomautus: Jos kosketuspaneeli ei Task valaisinta käytettäessä näytä toimivan oikein, toista viimeiset vaiheet ja huolehdi, ettet koske kosketuspaneelia anturin kalibroinnin aikana.

Valaistuksen säätäminen

Valoa säädetään kosketuspaneelista.

Lumie

- Liu'uta sormea kosketuspaneelin päältä.

Kosketuspaneelia käytettäessä kirjaimiin syttyy valo yksitellen osoittamaan kirkkautta.

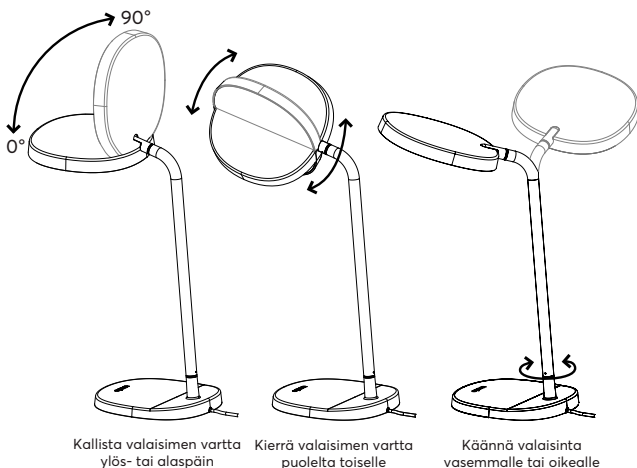
- Kirkkaimman tason saa käyttöön liu'uttamalla oikealle e-kirjaimen ohi.
- Sammuta liu'uttamalla vasemmalle l-kirjaimen ohi.
- Vaihtoehtoisesti voit koskettaa mitä tahansa kohtaa siltä väliltä.

Koko Lumie-käyttöliittymään syttyy valo, jos valo on sytytetty (millä tahansa kirkkaudella), ja jos valo on sammutettu, käyttöliittymä sammuu.

Työvalaistus

Task-valaisinta voi säätää monin tavoin työvalaistustarkoituksiin toimistolla, työpajassa tai studiolla. Päivänvaloa jäljittelevät LED-valot tarjoavat erinomaisen kontrastin lukemiseen ja yksityiskohtaiseen työskentelyyn, ja ne auttavat

vähentämään silmien rasitusta. Taideteosten ja luovien töiden tarkasteleminen luonnollisissa olosuhteissa tuo esiin todelliset värit ja suunnittelemasi työt parhaimmillaan.



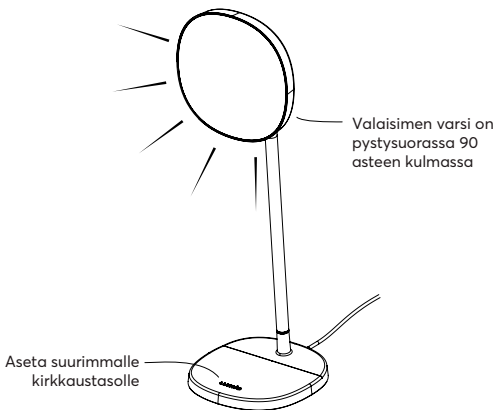
Kun olet tekemässä jotain muuta, voit samalla saada kirkasvalohoitoa kohdistamalla Task-valaisimen kohti kasvoja.

Huomautus: Älä käännä valaisimen vartta 90 astetta enempää, sillä se voi vahingoittaa tuotetta.

Task kirkasvalohoitoon

Auringonvalo kohottaa mielialaa luonnollisesti ja vaikuttaa kehon kemialliseen toimintaan (esim. melatoniini- ja serotoniinitasoihin). Jos et saa riittävästi päivänvaloa, Task-kirkasvalohoito on toiseksi paras vaihtoehto, sillä se parantaa mielialaa, lisää energiaa ja saa olon tuntumaan virkeämmältä. Se voi myös auttaa lievittämään kaamosmasennuksen oireita.

- Varmista, että valon kirkkain taso on käytössä.
- Sijoita Task käsivarren mitan eli noin 50 cm:n päähän niin, että valo valaisee kasvoja.



Valoon ei tarvitse tuijottaa, mutta sen pitää osua silmiin. Muuten sillä ei ole vaikutusta. Voit siis hyvin

käyttää Task-valaisinta, kun esimerkiksi luet, teet töitä kannettavalla tai teet käsitöitä.

Kuinka usein valaisinta voi käyttää?

Hyvinvoinnin tueksi

Kehon luonnollinen rytmi, joka vaikuttaa mielialaan, uneen ja yleiseen hyvinvointiin, määräytyy sen mukaan, kuinka paljon valoa (luonnollista ja keinotekoista) saat.

Task jäljittelee luonnonvalon väriä ja voimakkuutta, joten jos olet sisätiloissa, kirkasvalo hoito parantaa nopeasti mielialaa, energiatasoa, keskittymistä ja suorituskykyä. Päivittäin käytettynä Task voi edistää säännöllisempää uni- ja heräämisrytmiä, jolloin nukahtaminen on helpompaa ja olo on herätessä virkeämpi.

Kaamosmasennukseen

Tarkkaile syksyn tullen, kärsitkö kaamosmasennuksen ensioireista. Jos huomaat olevasi väsyneempi, huolestuneempi tai ärtyisämpi, aloita Task-valaisimen käyttö. Kevään tullen voit vähentää kirkasvalohoitoja. Jos oireet palaavat, käytä valaisinta muutamana päivänä.

Milloin valaisinta voi käyttää?

Jos käytät Task-valaisinta kaamosmasennuksen hoidossa, kannattaa ensin kokeilla kirkasvaloa aamulla, sillä silloin se vaikuttaa parhaiten. Jotkut hyötyvät enemmän, jos valaisinta käytetään alkuillasta.

Liikkeelle pääseminen aamuisin on hankalaa

Ota Task käyttöön mahdollisimman pian herättyäsi. Jos sinulla on kiire aamuisin, kannattaa yrittää käyttää valaisinta vähän aikaa aamulla ja iltapäivällä tai pitkään vain iltapäivällä.

Minua nukuttaa tai nukahdan liian aikaisin

Käytä Task-valaisinta myöhään iltapäivällä tai alkuillasta. Kirkasvaloa kannattaa välttää nukkumaanmenon lähestyessä eli noin kolme tuntia ennen nukkumaanmenoa, sillä se voi vaikeuttaa nukahtamista.

Kuinka pitkään valaisinta voi käyttää?

Kun kirkkain taso on käytössä, saat suurimman hyödyn. Aseta valaisin käsivarren mitan eli noin 50 cm:n päähän ja käytä sitä aluksi 30 minuuttia päivässä (1 500 luksia). Puoli tuntia voi olla sinulle riittävä aika. Jos kuitenkin huomaat, ettei siitä ole juuri apua, lisää käyttöaikaa päivittäin, kunnes olet löytänyt sopivan käyttöajan.

Jos käytät Task-valaisinta mieluummin kauempana itsestäsi, silmiin pääsee vähemmän valoa ja valaisinta pitää käyttää pitempään.

Myös silloin, kun käytät valaisinta pienemmällä kirkkaudella, silmiin pääsee vähemmän valoa ja valaisinta pitää käyttää pitempään.

Valaisimen käyttäminen suositeltua pidempään ei ole haitallista. Voit suorittaa kirkasvalohoidon kerralla tai käyttää valaisinta silloin tällöin päivän mittaan, jolloin vaikutus kasautuu.

Jos silmiäsi särkee, siirrä valaisin kauemmas, pienennä kirkkautta tai sammuta valaisin hetkeksi.

Kun olet löytänyt itsellesi sopivan käyttörytmin, pyri käyttämään valaisinta suunnilleen samaan aikaan joka päivä, käytä sitä sitten kaamosmasennuksen hoitoon tai yleisen hyvinvoinnin edistämiseen.

Huolto

Puhdista vain kuivalla tai hieman kostealla liinalla. Irrota laite aina ensin pistorasiasta ja anna sen jäähtyä tarvittaessa.

Vaihtovirtasovittimia saa Lumielta.

LED-valon elinkaari

Tämän tuotteen valodiodit kestävät yleensä monia vuosia, vaikka niitä käytettäisiin useita tunteja joka päivä.

Takuu

Laitteella on 3 vuoden takuu ostopäivästä mahdollisten valmistusvirheiden varalta. Tämä takuu annetaan käyttäjän lakisääteisten oikeuksien lisäksi. Jos tuote pitää palauttaa huoltoon, käytä mahdollisuuksien mukaan alkuperäistä pakkausta sisäpakkaus mukaan lukien. Varmista, että verkkovirtasovitin ei pääse liikkumaan kuljetuksen aikana, mikä voi vahingoittaa laitetta. Jos laite on vastaanotettaessa vaurioitunut väärinkäytön tai tahattoman vahingon vuoksi, saatamme veloittaa sen korjaamisesta. Otamme tässä tapauksessa sinuun ensin yhteyttä. Ota yhteyttä Lumieen, jos tarvitset lisää ohjeita.



Sarjanumero (katso laitteen pohja)



Maahantuoja

Tekninen kuvaus

Tiedot voivat muuttua ilman ennakoilmoitusta.

Lumie Task

Irrotettava lisävaruste: Verkkovirtasovitin (toimitetaan mukana)

Nimellistulo: 220–240 Vac, 50 Hz, max. 0,8 A (PF > 0,9)

Nimellislähtö: 12 V == 2 A (24 W)

Käyttöolosuhteet:

Lämpötila: 5 °C – 35 °C

Suhteellinen kosteus: 15 % – 93 % (tiivistymätön)

Ilmanpaine: 70 kPa – 106 kPa

Säilytys- tai kuljetusolosuhteet:

Lämpötila: -25 °C – +70 °C

Suhteellinen kosteus: 15 % – 93 % (tiivistymätön)

Ilmanpaine: 25 kPa – 106 kPa


Tämä tuote sisältää energiatehokkuusluokan F valonlähteen.

CE EU-vaatimustenmukaisuusvakuutus

**UK
CA** Ison-Britannian vaatimustenmukaisuuden arviointi

Ota yhteyttä

Jos sinulla on tätä tuotetta koskevia kysymyksiä tai ongelmia tai ehdotuksia, joista voi olla apua tuotekehityksessä tai palvelumme parantamisessa, lähetä sähköpostia osoitteeseen info@lumie.com.

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

Lumie on tämän yhtiön rekisteröity tavaramerkki: Outside In (Cambridge) Limited, rekisteröity Englannissa ja Walesissa.
Rekisterinumero: 2647359.

ALV-numero:

GB 880 9837 71 (UK)

NL 826301381B01 (EU)

Distributor Details:

lumie®

Outside In (Cambridge) Ltd.

3 The Links,
Trafalgar Way,
Bar Hill,
Cambridge,
CB23 8UD, UK

www.lumie.com

LUMIE is a registered trademark of
Outside In (Cambridge) Limited.

The TASK luminaire is a registered design
of Outside In (Cambridge) Limited.

© Lumie 2023
03/07/2023
1-780-000004-01

