



MODE D'EMPLOI : La lampe sur pied **FLAMINGO** : une innovation pour l'exposition à la lumière intense. Elle peut être utilisée en faisant de l'exercice, aussi bien qu'en étant installé confortablement dans un fauteuil, ou en travaillant à un poste de travail. La lampe **FLAMINGO** diffuse une intensité lumineuse de **10 000 Lux à une distance de 12 pouces (30 cm)** ou 6 000 Lux à 16 pouces (40 cm). Il est recommandé de s'exposer à la lumière de la lampe tel que montré sur la photo, **tôt le matin**, pour une durée de **30 minutes** à 10 000 Lux ou pendant une heure à 6 000 Lux. La luminothérapie a une efficacité optimale lorsqu'elle est administrée régulièrement. Il ne faut pas regarder directement la lumière, mais il n'est nullement dangereux d'y jeter un coup d'œil à l'occasion. C'est la lumière perçue par les yeux qui a un effet bénéfique. S'entraîner, lire, écrire, manger, sont des activités qu'il est possible de faire pendant le traitement avec la lampe **FLAMINGO**. Passez du temps à l'extérieur lorsque le soleil est présent. Mangez raisonnablement, faites de l'exercice et maintenez un rythme veille-sommeil stable.

EFFETS SECONDAIRES : Les rares effets secondaires rencontrés avec la luminothérapie sont l'irritation des yeux et/ou de la peau, et des maux de tête. On les rencontre le plus souvent chez les personnes aux yeux bleus ou verts, ayant les cheveux blonds ou roux, ou ayant la peau sensible. Ces problèmes peuvent être facilement réglés en faisant un usage graduel de la lampe. Cessez l'usage de la lampe pour quelques jours jusqu'à ce que l'irritation disparaisse, puis recommencez l'exposition à raison de deux minutes par jour. Vous pouvez aussi augmenter la distance par rapport à la lampe. Graduellement, sur une

période de deux semaines, vous devriez être capable de rallonger les périodes d'exposition, de diminuer la distance entre vous et la lampe et de revenir ainsi à votre routine recommandée. Si vos problèmes persistent, parlez-en avec votre médecin, ou contactez-nous, nous essaierons de vous aider.

AVERTISSEMENT : *Si vous avez un problème de santé, si vous devez obligatoirement porter des lunettes de soleil lorsque la lumière est intense ou si vous souffrez de problèmes aux yeux, il est fortement recommandé de consulter un professionnel de la santé avant d'utiliser la lampe FLAMINGO. Certains MEDICAMENTS comme le lithium, certains antibiotiques (tétracycline, crème pour l'acné, crèmes contenant de l'acide rétinoïque) et certains médicaments utilisés en chimiothérapie peuvent amener une sensibilité accrue à la lumière.*

PROBLÈMES TECHNIQUES : Si la lampe ne s'allume pas 3 secondes après avoir mis le contact, vérifiez si elle est bien branchée. Au besoin, essayez une autre prise de courant. Si le problème persiste, enlevez le diffuseur en plastique qui recouvre la lampe en dévissant délicatement les quatre vis en nylon. Vérifiez que les deux tubes fluorescents sont également bien posés dans les douilles. Si, la lampe ne fonctionne toujours pas, communiquez avec nous, nous tenterons de vous aider.

ENTRETIEN : Les tubes fluorescents perdent de l'intensité avec le temps. Il est recommandé de les changer après deux ans d'usage. Les tubes fluorescents peuvent être achetés de la compagnie Northern Light.

GARANTIE : La compagnie Northern Light s'engage à réparer ou remplacer une lampe défectueuse. Vous êtes couverts pour l'ensemble du produit pour 7 ans (à l'exception des tubes).

POLITIQUE DE RETOURS: Garanti 60 jours avec frais de réapprovisionnement de 35\$ sur tous les retours. Tous les revendeurs n'ont pas la même politique de remboursement. Seules les conditions stipulées au point de vente s'appliquent. **Contactez-nous** par téléphone au **1-800-263-0066** avant de faire le retour d'un produit défectueux.

ASSEMBLAGE :
Voir les instructions d'assemblage.

