

NORTHERN LIGHT TECHNOLOGIES

Website: www.NorthernLightTechnologies.com
Tel: (514) 335-1763 Toll Free: 1-800-263-0066
Email: info@NorthernLightTechnologies.com

Address: 8971 Blvd Henri-Bourassa W., Montreal, QC, H4S 1P7



INSTRUCTIONS FOR USE

The **TRAVelite II** is designed to bring spring and summer outdoor light levels into your home or office for years to come. Use the lamp for **30 minutes each day**, preferably first thing in the morning. Sit in front of the lamp, **with your eyes 12 inches from the center** of the diffuser. This will ensure that you are exposed to 10,000 Lux. Do not look directly at the light, but you may glance at it periodically. Install stand as shown on sketch. You can use the unit either in a vertical or horizontal position (see above). Keeping regular sleep/wake-hours, and exercising (outdoor when possible) are also very beneficial.

PROBLEMS

1) UNIT DOES NOT LIGHT

If the unit does not light after the switch is turned ON, please check that the plug is well inserted into the outlet. If it still fails to turn on, try other outlets. Should the problem persist, remove the plastic diffuser by gently unscrewing the four nylon screws. Remove the bulbs and reinsert them ensuring that both tubes are properly seated in the sockets.

2) OTHER PROBLEMS

Bright light can cause eye and/or skin irritation and headaches. This is most prevalent in people using

light sensitizing medications, or people with blue or green eyes, blonde or red hair, fair or sensitive skin. These problems are usually resolved by gradually increasing use of the lamp. At the first sign of skin or eye irritation, stop using the lamp and wait until the irritation disappears.

Problems caused by bright light can usually be overcome by first sitting 2 feet away for 2 minutes and gradually increasing the light over two weeks, until you are 12 inches for at least 20 minutes.

If you still experience problems, call us. We will try to help you.

WARNING: *If you have a health problem, if you have been told you must wear sunglasses in sunlight, or if you have a history of eye problems, please consult a health-care professional first. MEDICATIONS such as lithium, melatonin, tetracycline, St. John's Wort, acne creams, creams with retinoic acid and some chemotherapy drugs can make you very sensitive to light.*

MAINTENANCE

The lamp uses two 18 watt LED tubes with a 30,000 hour duration. The tubes must be purchased from Northern Light Technologies. To replace the tubes, gently remove the 4 plastic diffuser screws, put in new tubes and put the diffuser back in place.

WARRANTY

Northern Light Technologies will repair or replace a defective lamp at no charge for a period of 7 years. Shipping costs to our plant must be paid by you. You **MUST** call us at **1-800-263-0066** before returning a unit. Warranty does not cover the tubes.

GUARANTEE

For a period of 60 days after purchase we will refund the total paid, less \$35 for shipping and restocking. If the lamp was not purchased from us, please see vendor for return policy.

MODE D'EMPLOI

La lampe *TRAVelite II* diffuse une intensité lumineuse de 6000 Lux à une distance de 40 cm (15 pouces). On recommande une exposition à la lampe, d'une durée **d'une heure** par jour, **de préférence le matin**. Si vous vous placez à 30cm (12 pouces) de la lampe, la luminosité est alors de 10 000 Lux et le traitement recommandé est d'environ 30 minutes à cette distance. Pour installer la base de métal dévisser le bouton de la lampe et placer la base comme montrée dans la photo au verso. Avec ce support il est possible de placer la TRAVelite en position verticale ou horizontale. 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. Lire, écrire, manger, sont des activités qu'il est possible de faire pendant le traitement. 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 les maux de tête. 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 la cédule 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 TRAVelite. 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 après avoir mis le contact, vérifiez si elle est bien branchée. Si le problème persiste, enlevez le diffuseur en plastique qui recouvre la lampe en dévissant délicatement les quatre vis en nylon. Réinsérez et vérifiez que les deux tubes sont également bien posés dans les douilles. Si la lampe ne fonctionne toujours pas, communiquez avec nous, nous tenterons de vous aider.

ENTRETIEN

La lampe utilise deux tubes DEL de 18 Watts. Les tubes DEL ont une durée de vie de 30 000 heures. Pour éviter d'endommager vos lampes, n'utilisez pas d'ampoules ne provenant pas de Northern Light Technologies.

GARANTIE

Les Technologies 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

La lampe est garantie de 60 jours avec frais de réapprovisionnement de 35\$ sur tous les retours. 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.