

THANK YOU!

We hope you enjoy your new OttLite® product.

WARNING: To prevent electric shock, make sure the lamp is not plugged in until all steps are complete.

PRODUCT REGISTRATION FORM

Please complete the enclosed Product Registration Form and return it today by mail or register online by going to: OttLite.com/warranty.

NOTE: THIS UNIT IS FULLY ASSEMBLED

1. Remove product from packing, placing base (A) horizontally or vertically on a steady surface.
2. Connect power adapter input (B) into connector (C) in the back of the product.
3. Plug the power adapter (D) into a standard household 120V AC outlet. **Note: Only use with the supplied power adapter to avoid damage or fire.**

TURN LAMP ON/OFF; CHANGE BRIGHTNESS:

The power switch (E) is a “touch” switch that controls the dimmer function for 3 levels of brightness. To power LED settings, slightly touch the switch to achieve the following:

- To turn lamp “ON” to first lower-brightness; touch the switch “once”.
- For medium-brightness; touch the switch “twice”.
- For high-brightness; touch the switch “three-times”.
- To turn lamp “OFF”; touch the switch “four-times”.

REPOSITION THE STAND (HORIZONTAL/VERTICAL):

- To remove the stand (F), Slide the stand down and remove from base. When the light is not in use, place the stand back in this position for easy storage.
- To use the light in the vertical position, insert the stand into the lower slot (G) and slide up into place as shown.
- To use the light in the horizontal position, insert the stand into the center slot (H) and slide up into place as shown.

ABOUT LIGHT THERAPY

According to the National Institute of Mental Health (NIMH), Light Therapy is one potential treatment of SAD (Seasonal Affective Disorder) also known as the “winter blues”. The NIMH recommends talking to your health care provider about which treatment, or combination of treatments, is best for you.

- **Light Placement:** Position from 6 to 20 inches from your face at a 30 to 45 degree angle from your eye line (not directly in front of your eye line). Though you should not look directly into the lamp, the light should be in your field of vision.
- **Time of Day:** The Mayo Clinic recommends using in the morning so sleep patterns are not disrupted.
- **Length of Time:** Studies show exposure from 20 minutes to an hour is effective. However, personal preference and experience with light therapy is the most important indicator.
 - Start with 20 minutes on the highest brightness setting at any distance that feels comfortable to you.
 - Take note of how you feel and keep adjusting the light distance, brightness and timing (up to one hour) until you experience desired results.
 - Feeling tired? Sit closer to the light for longer.
 - Feeling overstimulated? Reduce the time and/or move light farther away.

WARNING: People who are sensitive to light, people with certain eye diseases or people taking certain medications that increase sensitivity to sunlight may need to use alternative treatments or use light therapy under medical supervision, according to NIMH.

Product not intended for use by children. Close supervision is recommended when used near children. Do not leave unattended near children or others who may not properly comprehend the correct usage of the product.

For more information on SAD and light therapy, please visit: www.ottlite.com/LightTherapy

SAFETY WARNING: TO REDUCE THE RISK OF FIRE, ELECTRIC SHOCK, OR INJURY TO PERSONS

1. Never use with an extension cord unless the plug can be fully inserted into the receptacles in the extension cord.
2. Do not alter the plug.
3. The lamp head included with this unit cannot be replaced by the consumer.

NOTE: The important safety instructions appearing in this instruction sheet are not meant to cover all possible conditions and situations that may occur. It must be understood that common sense, caution, and care must be used with any electrical product.

CAUTION! IF THE EXTERNAL FLEXIBLE CABLE OR CORD OF THIS LUMINAIRE IS DAMAGED, IT SHALL BE EXCLUSIVELY REPLACED BY THE MANUFACTURER OR ITS SERVICE AGENT OR A SIMILAR QUALIFIED PERSON IN ORDER TO AVOID A HAZARD. INDOOR USE ONLY.

CAUTION! THE LIGHT SOURCE OF THIS LUMINAIRE IS NOT REPLACEABLE; WHEN THE LIGHT SOURCE REACHES ITS END OF LIFE THE WHOLE LUMINAIRE SHALL BE REPLACED.

FCC PART 15

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that the interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that of the receiver.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions:

- (1) this device may not cause harmful interference, and
- (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

IC CANADA

This device contains license-exempt transmitter(s)/receiver that comply with Innovation, Science and Economic Development Canada's license-exempt RSS(s). Operation is subject to the following two conditions:

1. This device may not cause interference.
2. This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

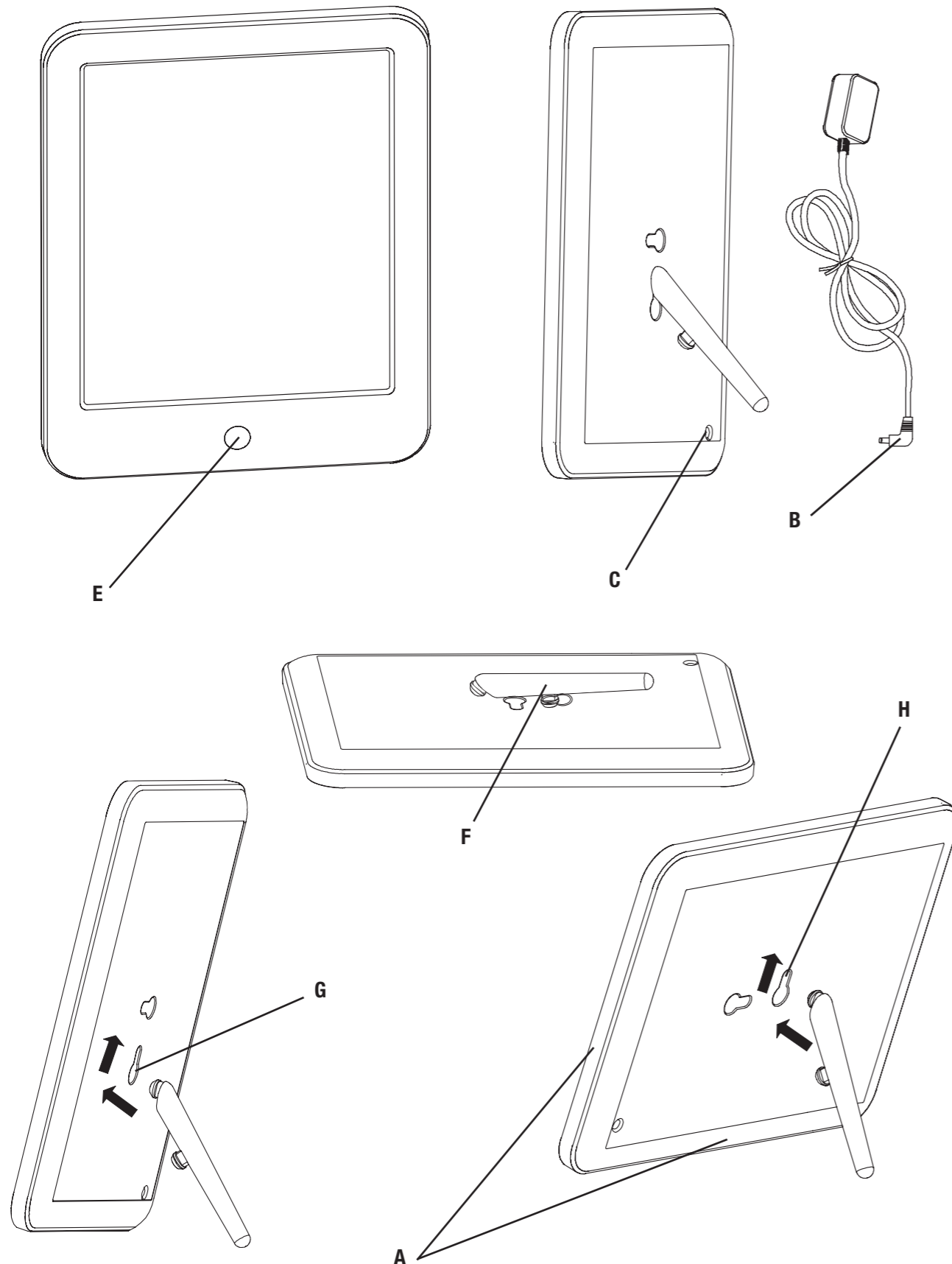
CAN ICES-005 (B)/NMB-005 (B)

CAUTION: Any change or modification to product not expressly recognized by OttLite Technologies voids OttLite's responsibility for proper function of product.

POWER ADAPTER SPECIFICATION:

Input: 100-240 V~, 50/60 Hz, 0.6A
Output: 18V, 0.65A with a Male DC Plug

Pour plus d'informations sur le TAS et la luminothérapie, veuillez visiter www.ottlite.com/LightTherapy



MERCI!

Nous espérons que vous aimerez votre nouveau produit OttLite.

AVERTISSEMENT : Pour éviter les électrocutions, assurez-vous que la lampe n'est pas branchée tant que toutes les étapes ne sont pas terminées.

FORMULAIRE D'ENREGISTREMENT DE PRODUIT

Veuillez remplir le formulaire d'enregistrement du produit ci-joint et le retourner aujourd'hui par courrier, ou inscrivez-vous en ligne en allant sur: OttLite.com/warranty.

REMARQUE : CET ARTICLE EST COMPLÈTEMENT ASSEMBLÉ

1. Retirer le produit de l'emballage, puis placer la base (A) horizontalement ou verticalement sur une surface stable.
2. Brancher l'adaptateur d'alimentation (B) dans le connecteur (C) à l'arrière du produit.
3. Brancher l'adaptateur d'alimentation (D) dans une prise domestique CA de 120 V.

Remarque : Utiliser uniquement avec l'adaptateur d'alimentation fourni pour éviter des dommages ou un incendie.

ALLUMER/ÉTEINDRE LA LAMPE; CHANGER LA LUMINOSITÉ

L'interrupteur (E) est un interrupteur tactile qui permet de commander la fonction variateur pour 3 niveaux d'intensité. Pour régler l'intensité des DEL, effleurez l'interrupteur pour effectuer les réglages suivants :

- pour allumer la lampe au premier niveau de luminosité, touchez l'interrupteur une fois ;
- pour un niveau de luminosité moyen, touchez l'interrupteur deux fois ;
- pour un niveau de luminosité élevé, touchez l'interrupteur trois fois ;
- pour éteindre la lampe, touchez l'interrupteur quatre fois.

REPOSITIONNEMENT DU SUPPORT (HORIZONTAL/VERTICAL) :

- Pour retirer le support (F), faites-le glisser vers le bas et retirez-le de la base. Lorsque la lampe n'est pas utilisée, placez le support dans cette position pour un rangement facile.
- Si vous désirez utiliser la lampe en position verticale, insérez le support dans la fente inférieure (G) et faites glisser en place comme illustré.
- Si vous désirez utiliser la lampe en position horizontale, insérez le support dans la fente centrale (H) et faites glisser en place comme illustré.

À PROPOS DE LA LUMINOTHÉRAPIE

Selon l'institut national de la santé mentale (National Institute of Mental Health/ NIMH), la luminothérapie est un traitement potentiel du TAS (trouble affectif saisonnier) également connu sous le nom de « blues hivernal ». Le NIMH recommande que vous discutiez du traitement ou de la combinaison de traitements qui vous convient le mieux avec votre fournisseur de soins.

- **Moment de la journée :** La clinique Mayo recommande d'utiliser la lampe le matin pour ne pas perturber les habitudes du sommeil.
- **Moment de la journée :** La clinique Mayo recommande d'utiliser la lampe le matin pour ne pas perturber les habitudes du sommeil.
- **Durée :** Des études montrent qu'une exposition variant de 20 minutes à une heure est efficace. Cependant, les éléments tels que les préférences personnelles et l'expérience en matière de luminothérapie sont des indicateurs importants.
 - Commencez par 20 minutes sur le réglage de luminosité le plus élevé à une distance vous convenant.
 - Évaluez ce que vous ressentez et ajustez la distance de la lampe, la luminosité et la durée (maximum une heure) jusqu'à ce que vous obteniez les résultats escomptés.
 - Vous vous sentez fatigué? Placez la lampe plus près et augmentez la durée.
 - Vous vous sentez surstimulé? Réduisez la durée ou éloignez la lampe.

AVERTISSEMENT : Selon le NIMH, les gens qui sont sensibles à la lumière, atteints de certaines maladies oculaires ou qui prennent certains médicaments augmentant la sensibilité au soleil peuvent nécessiter des traitements de rechange ou devoir utiliser la luminothérapie sous surveillance médicale.

Ce produit n'est pas destiné à être utilisé par des enfants. Une étroite surveillance est recommandée lors de l'utilisation à proximité d'enfants. Ne pas laisser le produit sans surveillance à proximité d'enfants ou d'autres personnes qui pourraient ne pas bien comprendre l'utilisation correcte du produit.

AVERTISSEMENT : EN VUE DE RÉDUIRE LES RISQUES D'INCENDIE, DE DÉCHARGE ÉLECTRIQUE OU DE BLESSURE CORPORELLE :

1. Ne jamais utiliser une rallonge à moins que la fiche ne puisse être insérée à fond.
2. Ne pas modifier la fiche.
3. La tête de lampe fournie avec cet appareil ne peut pas être remplacée par le client.

REMARQUE : Les directives de sécurité importantes citées dans ce feuillet d'instructions ne sont pas exhaustives; elles ne couvrent pas toutes les conditions ou situations possibles. Nous vous prions donc d'utiliser une prudence d'usage et le bon sens comme vous le faites avec tout produit électrique.

ATTENTION ! SI LE CÂBLE OU LE CORDON SOUPLE EXTERNE DE CETTE LAMPE EST ENDOMMAGÉ, CELUI-CI DOIT ÊTRE REMPLACÉ EXCLUSIVEMENT PAR LE FABRICANT, SON AGENT DE SERVICE OU TOUTE PERSONNE COMPÉTENTE AFIN D'ÉVITER TOUT DANGER. POUR USAGE À L'INTÉRIEUR SEULEMENT.

ATTENTION ! LA SOURCE DE LUMIÈRE DE CETTE LAMPE N'EST PAS REMPLAÇABLE; LORSQUE LA SOURCE DE LUMIÈRE ARRIVE À SA FIN DE VIE UTILE, LA LAMPE AU COMPLET DOIT ÊTRE REMPLACÉE.

FCC PART 15

Remarque : Ce matériel a été testé et a été déclaré conforme aux limites en vigueur concernant les équipements numériques de catégorie B, en vertu du paragraphe 15 de la réglementation FCC. Ces limites visent à assurer une protection raisonnable contre tout brouillage nuisible dans une installation résidentielle. Ce matériel produit, consomme et peut émettre une énergie de radiofréquence et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux directives qui l'accompagnent, il peut entraîner un brouillage nuisible des communications radio. Cependant, nous ne garantissons pas l'absence de brouillage dans une installation en particulier. Si, après avoir effectué une vérification en mettant l'appareil hors tension puis sous tension, l'utilisateur s'aperçoit que ce matériel provoque un brouillage nuisible à la réception des signaux de radio ou de télévision, il lui faudra essayer de corriger ce brouillage en prenant une ou plusieurs des mesures ci-dessous :

- Réorienter ou repositionner l'antenne de réception.
- Augmenter la distance entre l'appareil et le récepteur.
- Brancher le matériel dans une prise électrique située sur un circuit différent de celui du récepteur.
- Consulter le distributeur ou un technicien radio/télévision expérimenté pour obtenir de l'aide.

Des changements ou modifications qui ne sont pas expressément approuvés par la partie responsable de la conformité pourraient annuler l'autorité de l'utilisateur de faire fonctionner l'équipement.

Cet appareil est conforme aux exigences de la Section 15 des règles de la Commission fédérale des communications (FCC). Son utilisation est assujettie aux deux conditions suivantes :

- (1) Cet appareil ne doit pas causer d'interférences nuisibles
- (2) Cet appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris les interférences pouvant entraîner son dysfonctionnement.

IC CANADA

L'émetteur/récepteur exempt de licence contenu dans le présent appareil est conforme aux CNR d'Innovation, Sciences et Développement économique Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes :

1. L'appareil ne doit pas produire de brouillage;
2. L'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

CAN ICES-005 (B)/NMB-005 (B)

ATTENTION! Toute modification ou tout changement apporté au produit, lorsque non reconnu expressément par OttLite Technologies, annule la responsabilité d'OttLite en ce qui a trait au bon fonctionnement du produit.

FICHE TECHNIQUE DE L'ADAPTATEUR D'ALIMENTATION :

Entrée : CA 100-240 V~, 50/60 Hz, 0,6A
Sortie : 18V, 0,65A avec prise mâle CC

Lampe de luminothérapie à DEL ClearSun®

CSLT000W CSLT000W-CA



PL-0179