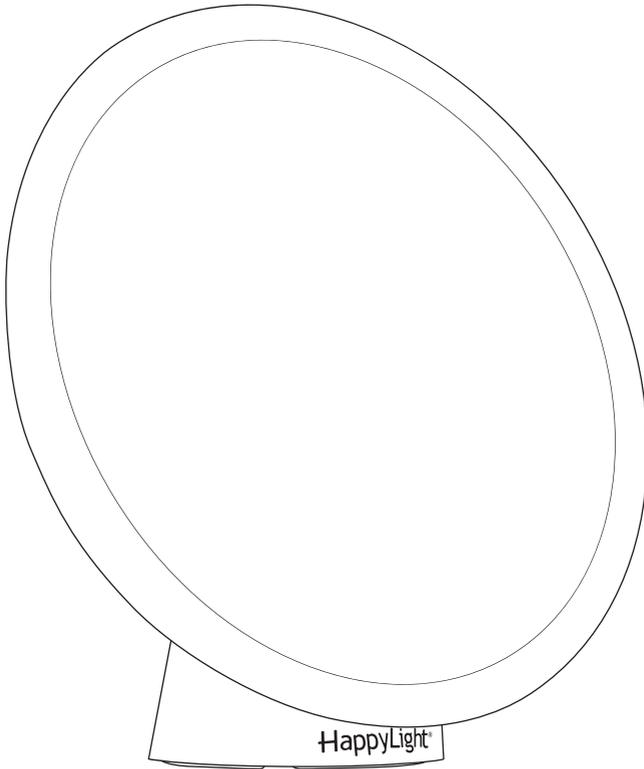


verilux®



HappyLight® halo

Cordless LED Light Therapy Lamp

Model: VT53



Welcome to the Verilux Family!

We're so excited that you have purchased this HappyLight® Therapy Lamp. Why? Because light therapy has brightened the lives of millions of people, and you now hold a product in your hands that has the power to brighten your life, too. Pretty amazing stuff!

We want to make sure that you get the most out of your HappyLight® Therapy Lamp. That's why we stand behind our products and have a three-year limited warranty on this lamp. It's also why we have a super supportive Customer Happiness Team and resources on our website to help you create a light therapy routine that's completely personalized.

Call us at 1-800-786-6850 or visit us at verilux.com if you have any questions as you get started. We're here to help, and we love hearing from customers like you.

Have a bright day!

The Verilux Customer Service Team

Contents

FCC Notice	4
Important Safeguards	5
Setup	6
Device Pretest	6
How to Use	7-11
Charging	7
Plugged In Mode & Unplugged Mode	7
Controls	8-9
Positioning	10
Customization	11
Establishing a Daily Routine	12
Features and Benefits	12-13
Care and Cleaning	13
Technical Specifications	13
Troubleshooting	14
Warranty	14-15

FCC Notice

Model: HappyLight® Halo Cordless LED Light Therapy Lamp (VT53)

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.

Verilux
2803 S. Yale St.
Santa Ana, CA 92704
verilux.com

The product is protected against unauthorized use. DO NOT modify it without the authorization of the manufacturer, or the user's authority to operate could be voided.

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 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 to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

[†] This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-005.

READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USING

Important Safeguards

▲ DANGER:

- To avoid electrocution, do not operate this device near water.

▲ WARNING:

- Close supervision is recommended when this lamp is used by or near children, or others who may not understand the need for these precautions.
- To prevent risk of shock or personal injury when cleaning the lamp, make sure you have turned off and unplugged the lamp and allowed sufficient time for the bulb to cool.
- Do not shorten or cut the power cord.
- Certain medications (e.g., anti-depressants) may induce light sensitivity which may result in discomfort or a level of hyperactivity. Consult with your health care provider before using this product.
- If you have a pre-existing eye condition or are at risk of developing Age-Related Macular Degeneration or other eye conditions, consult with your healthcare provider before using this product.
- Some people experience light sensitivity to bright light or upon over-exposure to bright light. Discontinue use if you experience any discomfort.

▲ CAUTION:

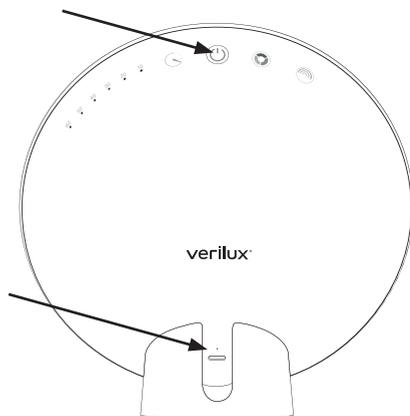
- This lamp is for indoor use on a hard surface (e.g., a table or desk) only.
- Never cover the lamp or place anything on top of it when it is in operation.
- Do not operate this lamp if it has been damaged in any way.
- Do not disassemble. There are no user-serviceable parts in this lamp.
- Use only the power cord adapter supplied with your lamp. If other power plugs, cords or connections are used, damage to your lamp or power adapter may occur.
- This lamp is not for use with light dimmers, timers, motion detectors, or voltage transformers.
- Use a quality surge suppressor on all electronic equipment. Voltage variations and spikes can damage electronic components in any system. A quality suppressor can eliminate the vast majority of failures attributed to surges. Suppressors may be purchased at electronics stores.

SAVE THESE INSTRUCTIONS

Setup

1. Plug In

- Place lamp on a flat, level surface.
- Insert power adapter plug into the adapter socket – as shown on rear of the lamp.
- Plug adapter into a standard 120V AC electrical outlet.
- Turn on the lamp using the power button located at the back of the lamp as shown.



Device Pretest

To help determine your degree of sensitivity to light, we recommend that you perform this pretest upon first use of your HappyLight® Halo Therapy Lamp

Step 1 - Turn on the lamp and position it about 18 inches from your face (remember don't look directly into the lamp).

Step 2 - Operate the lamp for approximately 10 minutes and turn it off (you can use the countdown timer to set it for 10 minutes to make things easier!). If the light has caused any discomfort, stop using the lamp and consult a doctor. If you have no discomfort, you may consider gradually increasing the brightness of the light, decreasing the distance from the lamp, and/or increasing your usage time. When you first start using the lamp, you should monitor the degree of any discomfort and accordingly adjust the brightness, HappyHue, distance, and time. Keeping a journal or log of how you feel when using HappyLight® Halo during the first few weeks will help you find the settings, distance, and time that work best for you!

⚠️WARNING: Certain medications (e.g. antidepressants) and diagnosed mental health conditions may induce light sensitivity, which may result in discomfort, hyperactivity, or hypomania. Consult with your healthcare provider before using this product.

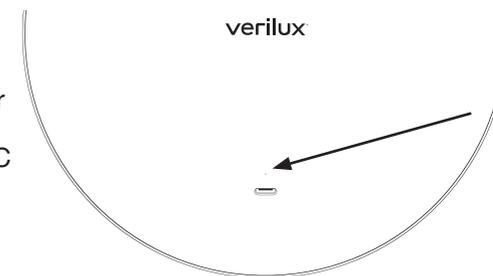
⚠️WARNING: If you have a pre-existing eye condition or are at risk of developing Age-Related Macular Degeneration or other eye conditions, consult with your health provider before using this product.

How to Use

Charging

Your HappyLight® Halo will automatically be charging once it is connected to the power adapter and power source. The charging indicator located above the USB-C charging port shows the charging status:

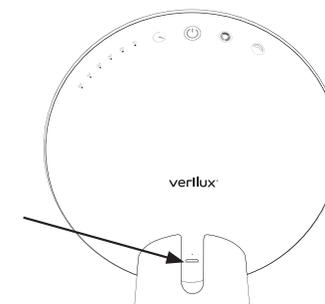
- RED – Charging
 - OFF – Fully Charged
- Charging time from 0% to 100% is approx. 3 hours
 - Cordless usage time varies based on brightness level. The following time estimates are based on a fully charged battery:
 - @25% brightness ~ 2 hours
 - @50% brightness ~ 70 mins
 - @75% brightness ~ 50 mins
 - @100% brightness ~ 40 mins



How to Use - Plugged-In and Unplugged Mode

Your HappyLight® provides ultimate freedom with a built-in battery that lets you operate the lamp with or without connection to a power source.

- Plugged-In Mode – Simply connect the HappyLight® to the power adapter as shown
- Unplugged Mode – Make sure the HappyLight® is fully charged (Charging Status LED turned OFF), unplug the charging cable and move the HappyLight® to your desired location.



How to Use - Controls

Your HappyLight® comes with touch controls, making your light therapy experience easy and fun!



On/Off: The main power button is located on the back of Halo. The light must be turned on before you can change specific settings. When you turn off your light, your selections are automatically saved for the next time you use your light. How cool is that?

There are three controls that allow you to change your settings and customize your HappyLight® experience:



HappyHue™ Color Selector: Choose between 3 different hues of white light. Each time you touch the control, it will change color¹.

¹Color temperature options are warm white (3,500K), neutral white (4,150K), and daylight (5,000K)



Brightness: Choose between 4 different brightness levels to find the one most comfortable for you.² If the brightest setting is uncomfortable, you can start with a lower setting and work your way up to the full 10,000 lux over multiple sessions. Increasing the brightness when in use will allow you to get your daily dose of healthy, bright light more quickly (which means shorter light therapy sessions!). However, if a lower setting is more comfortable for you, that's OK! Just increase your time with the light and you will still get the same benefits!

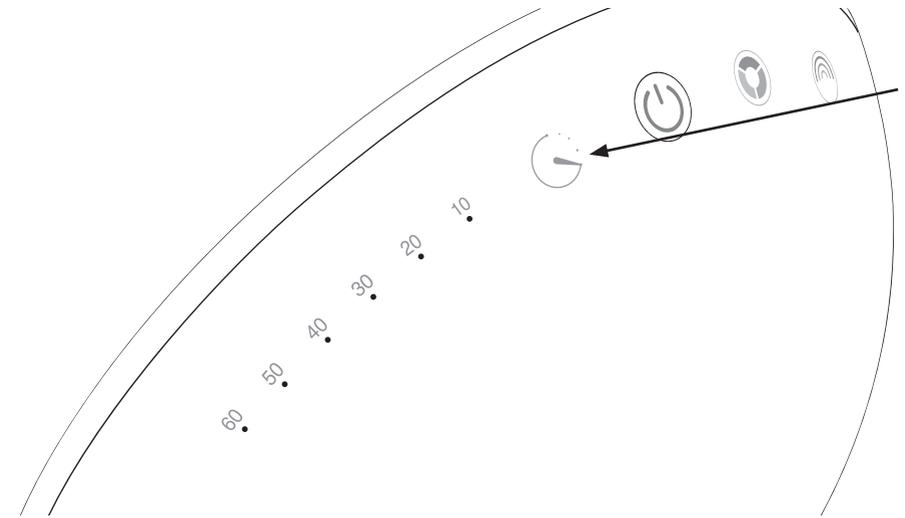
²Brightness level options are 2,500 lux, 5,000 lux, 7,500 lux, and 10,000 lux.



Countdown Timer: The countdown timer helps you keep track of the length of your light therapy experience (which makes it pretty convenient). You can set the timer while you do other things (like reading a book, checking email or just enjoying a cup of coffee or tea), and your light will turn off on its own once your light therapy session is complete.

One-Hour Quick Set: To set the timer for a one-hour session, quickly touch the timer control. The illuminated lights will pulse once, indicating that a one-hour session has been set.

How to Use - Controls — continued



Customizing the Length of Your Session

You can customize the length of your light therapy session in 10-minute increments.

Step 1 – Touch and hold your finger on the Countdown Timer button for 2 seconds. The illuminated increment lights will pulse twice indicating that programming mode has begun.

Step 2 – Continue to hold your finger on the control and select the length of your light therapy session. The amount of time is indicated for each light.

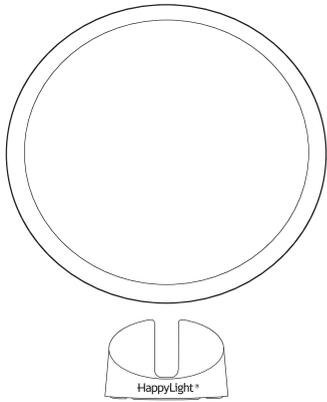
Step 3 – Remove your finger when the desired time has been illuminated. The illuminated lights will pulse three times to recognize the chosen session time and indicate that the programming mode has been completed.

Note: If you touch the control again before the completion of the three pulses, you will be able to continue to modify the session time.

Stopping the Timer – Touch and hold the Countdown Timer button until the illuminated lights turn off. If you would also like to turn off the light, press the on/off button on the top of the lamp to turn the power off completely.

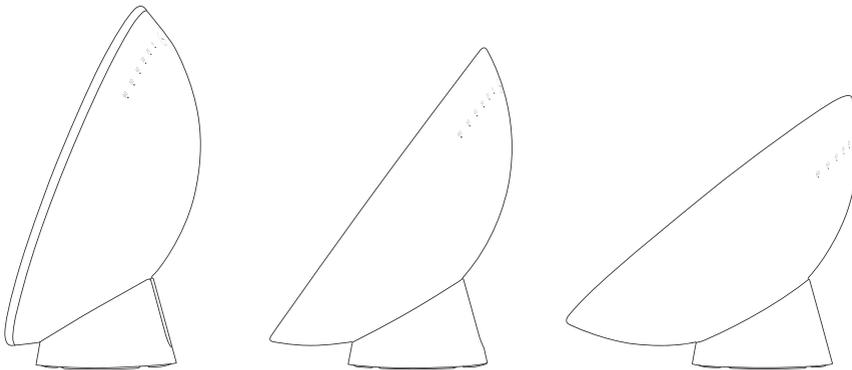
How to Use - Positioning

Sit close to your HappyLight® Halo with your eyes open. While staying oriented toward the light, feel free to engage in other activities that you would normally do. These can include reading, working at your computer or desk, using your phone or tablet, applying makeup, or even hobbies and crafts! Really, there is no limit to what you can do – get your dose of bright light for the day and do your normal routine.



Halo's proprietary magnetic and portable base design allows for an adjustable viewing angle simply by rotating it as shown. You can place Halo between 6 and 24 inches from your face. The time of use and distance are correlated - the closer you are, the less time you need in your light therapy session and vice versa when it is placed further away (more time when it is further from you). It is most effective when positioned slightly off-center.

Important Note: Do not look directly into the lamp.



How to Use - Customization

Since the light does need to be oriented towards your face (but not staring into it directly), your eyes need to be open to get the full benefit.

Note: Tinted glasses reduce the amount of light reaching your eyes and would result in the need for a longer session.

We are all different and each person's response to light will vary. It's important to find the distance, time, and color that are most comfortable for you. How close you place HappyLight® Halo to you affects the length of time using the light. The closer you are, the higher the brightness and the less time you will need to use HappyLight® Halo each day to experience the benefits!

If you do not experience desired results, or are feeling lethargic, here are a few things you can try:

- Try using a higher brightness level
- Sit closer to the lamp
- Increase the amount of time you are using the lamp

If you experience edginess or feel over-simulated, try some of these options:

- Use a lower brightness level
- Sit farther from the lamp
- Decrease the amount of time you are using the lamp
- Take a break from using the lamp

Don't forget that you have a few amazing options to customize your experience! HappyHue™ Color Selector lets you adjust the temperature of your light, and the countdown timer helps you easily set your desired session time!

Try keeping a journal of how you feel when using HappyLight® Halo to find the settings that work best for you!

Establishing a Daily Routine



20 minutes
to
1 hour/day*

Establishing your daily routine with HappyLight® Halo will help you to maximize the benefits of light therapy. Clinical research on bright light therapy consistently demonstrates that 2,500 – 10,000 lux (a measurement of the intensity

of “brightness of light) between 20 minutes and a few hours per day helps with mood and sleep issues and can reverse the symptoms of “winter blues”. Consistent use at the same time each day has been shown to have the biggest impact and timing earlier in the day has also been shown to be more helpful for sleep cycles.

Every person has a different sensitivity to light, so it is important to find the settings, distance, and time that are most comfortable for you. After you have completed the Device Pretest, use your HappyLight® regularly around the same time each day. You could choose to do this all in one session, or divide your time into several mini-sessions. Use your HappyLight® Halo daily to improve sleep, boost your mood, increase energy, and enhance your focus.

As you are establishing your routine, if you find yourself feeling sluggish and lethargic, increase the brightness of the lamp, sit closer, and/or spend more time in your session. If you feel a sort of edginess, like you drank too much coffee, it may be time to turn off the lamp.

**Recommended time is a function of brightness and distance. Individual results may vary. Please also refer to the warnings at the bottom of the Device Pretest section on page 6.*

Features and Benefits

Your new HappyLight® Halo is designed to give you a light therapy experience that’s customizable to fit your unique needs. Here are all the amazing features and benefits you can expect from your new light therapy companion:

- Full spectrum light to brighten up your home, office, or dorm room and cue your body’s own energy enhancers to make you more alert, focused, and productive
- 10,000 lux[†] of bright light to improve sleep, boost your mood, increase energy, and enhance your focus

Features and Benefits — *continued*

- Adjustable brightness with 4 levels that allow you to choose the intensity that you are most comfortable with
- HappyHue™ allows you to adjust the temperature of Halo’s light from warm white to daylight – find what you like best or change it up depending on how you feel that day
- Thanks to Flicker Elimination Technology and Optix Glare Control, you can count on light that is comfortable for your eyes
- Halo’s compact and small footprint make it easy to find the perfect spot
- Rechargeable battery and cordless operation for portability and convenience
- Magnetic base for flexible light positioning to provide you will the perfect angle of light

[†]10,000 lux at 6”.

Care and Cleaning

Your HappyLight® Halo is made from high-quality materials designed to last with minimum care. You may want to periodically clean the lamp using a mild, non-abrasive cleaner and soft cloth. When cleaning, make sure you have turned off and unplugged the lamp and allowed sufficient time for it to cool.

Technical Specifications

HappyLight® Halo Cordless LED Light Therapy Light

Environment: Operating Temperature: -10 to 35°C (14 to 95°F), Storage Temperature: -20 to 40°C (-4 to 104°F), Relative Humidity: 10 to 90% non-condensing

Power: Input Power to the Adapter: 100-240 V AC, 0.7A max, Input Power to the Lamp: DC12V, 2A max

220V Compatible: For 220V usage, simply attach a plug adapter. No converter is needed.

ETL Listed in Canada and the USA

Troubleshooting

If you are experiencing an issue with your HappyLight® Halo, please:

- Make sure the power adapter and plug are inserted fully and securely.
- Make sure there is power to the wall outlet or try another outlet – one that is not connected to a dimmer.

Problem	Check	Solution
Light won't come on.	Have you turned the light on?	The light does not turn on automatically when plugged in. Make sure that you press the power button – it will click (See “How to Use” on page 7).
	Has the plug come loose?	Insert the plug securely into the back of the lamp.
	Has the light run out of battery?	Make sure the light is connected to the power source and check the charging status LED on the charging level.
Light Flickers	Has the plug come loose?	Insert plug securely into wall outlet. Insert plug securely into the back of the lamp.
	Is the lamp connected to a dimmer switch?	Connect the lamp plug only to wall outlet without dimmer switch.

Three-Year Limited Warranty

As the leading innovator of light therapy products for over two decades, Verilux, founded in 1956, backs this HappyLight® Energy Lamp with a three-year limited warranty.

Attention: Once opened, please do not return this product to the store where it was purchased for repair or replacement.

Many questions can be answered by visiting www.verilux.com, or you may call our Customer Happiness Team at 1-800-786-6850 during normal business hours.

This limited warranty is provided by Bear Down Brands LLC, 2803 S. Yale St., Santa Ana, CA 92704.

Three-Year Limited Warranty — *continued*

Verilux warrants this product to be free from defects in material and workmanship for a period of three years from the date of the original retail purchase from Verilux or an authorized Verilux distributor. **Proof of purchase is required for all warranty claims.** During the limited warranty period, Verilux, will, at its option, repair or replace defective parts of this product at no charge to the customer, subject to these limitations: This limited warranty does not include any postage, freight, handling, insurance, or delivery fees. This warranty does not cover damage, defect, or failure caused by or resulting from accident, external destruction, alteration, modification, abuse, misuse, or misapplication of this product.

This warranty does not cover damage to the product resulting from return shipping or handling. Shipping insurance is recommended to help protect your product.

Return Authorization is required for all returns. To obtain a Return Authorization, please contact the Verilux Customer Happiness Team.

If, during the three years of ownership, this product fails to operate properly, it should be returned as specified at verilux.com/warrantyreplacement or as instructed by a Verilux Customer Happiness Specialist.

Due to ongoing improvements, actual product may have slight variations from the product described in this manual.

**Please visit our website at: verilux.com
or contact our Customer Happiness Team at
1-800-786-6850 hello@verilux.com**

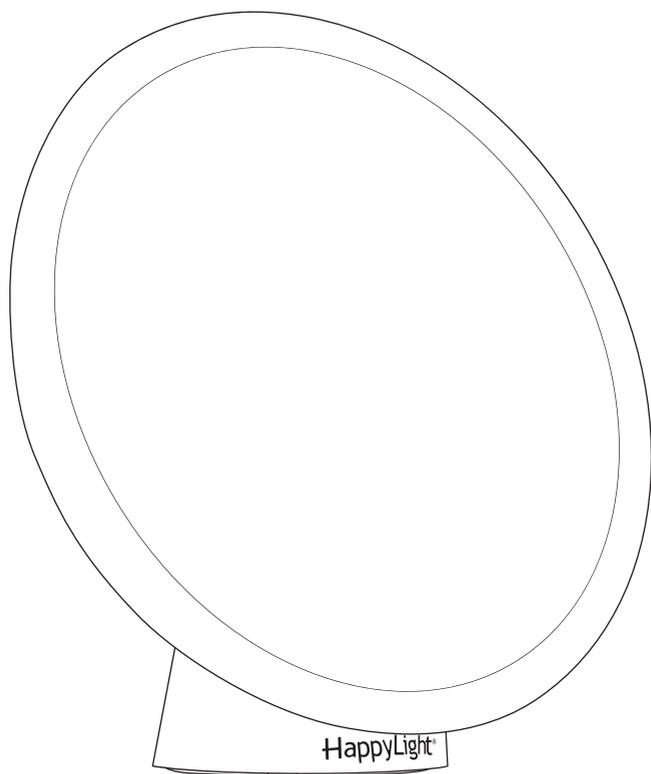
Specialists are available Monday - Friday, 8am-5pm PST

verilux®

Bear Down Brands LLC
2803 S. Yale St., Santa Ana, CA 92704

Register warranty online at: verilux.com/warranty

verilux®



HappyLight® halo

Lampe de luminothérapie à LED sans fil

Modèle: VT53

Bienvenue dans la famille Verilux®!

Nous sommes très heureux que vous ayez acheté cette lampe de luminothérapie HappyLight®. Pourquoi? Parce que la luminothérapie ensoleille la vie de millions de personnes, et que vous tenez entre vos mains un produit qui a la capacité d'illuminer votre vie à vous aussi. Vous en serez étonné !

Nous voulons nous assurer que vous profitez au maximum de votre lampe de luminothérapie HappyLight®. C'est pourquoi nous soutenons nos produits et que nous offrons une garantie limitée de trois ans sur cette lampe. C'est également la raison pour laquelle nous avons une équipe de satisfaction de la clientèle sur laquelle vous pouvez compter et des ressources sur notre site web pour vous aider à créer une routine de luminothérapie entièrement personnalisée.

Pour toute question pendant vos premières utilisations, appelez-nous au 1-800-786-6850 ou consultez notre site Web à l'adresse verilux.com. Nous sommes là pour vous aider et nous adorons avoir des nouvelles de nos clients.

Que votre journée soit lumineuse!

L' Equipe Service Client Verilux

Mesures de Protection Importantes	4-5
Installation	6
Mode d'Emploi	6-10
Chargement	6
Mode Branché et Mode Débranché	7
Commandes	7-8
Positionnement	9
Personnalisation	10
Mise à l'Essai de l'Appareil	11
Établir une Routine Quotidienne	12
Caractéristiques et Avantages	12-13
Entretien et Nettoyage	13
Dépannage	13-14
Caractéristiques Techniques	14
Garantie	15

LISEZ TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT L'UTILISATION

Mesures de Protection Importantes

▲ DANGER:

- Pour éviter les risques d'électrocution, ne pas utiliser cet appareil à proximité d'un point d'eau.

▲ AVERTISSEMENT :

- Une supervision étroite est recommandée lorsque cette lampe est utilisée par ou près des enfants ou des personnes ne pouvant pas comprendre la nécessité de ces précautions.
- Pour prévenir les risques de chocs ou de blessures corporelles au moment de nettoyer la lampe, assurez-vous d'avoir éteint et débranché la lampe et laissez-lui suffisamment de temps pour refroidir.
- Ne raccourcissez pas et ne coupez pas le cordon d'alimentation.
- Certains médicaments (p. ex., antidépresseurs) et certaines maladies mentales diagnostiquées peuvent induire une certaine photosensibilité, qui peut créer de l'inconfort, de l'hyperactivité ou de l'hypomanie. Consultez votre professionnel de la santé avant d'utiliser ce produit.
- Si vous avez une maladie des yeux ou si vous risquez d'être atteint de dégénérescence maculaire liée à l'âge ou d'une autre maladie des yeux, consultez votre professionnel de la santé avant d'utiliser ce produit.
- Certaines personnes présentent une légère sensibilité à la luminosité élevée ou à la surexposition à la luminosité élevée. Cessez d'utiliser le produit si vous ressentez de l'inconfort.

▲ MISE EN GARDE:

- Cette lampe est conçue pour une utilisation intérieure sur une surface dure (p. ex., une table ou un bureau) seulement.
- Ne jamais couvrir la lampe ou placer quoi que ce soit dessus lorsqu'elle est allumée.
- N'utilisez pas cette lampe si elle a été endommagée d'une manière quelconque.
- Ne pas démonter. Il n'y a pas de pièce réparable par l'utilisateur dans cette lampe.
- N'utilisez que l'adaptateur et cordon d'alimentation fournis avec votre lampe. Si vous utilisez d'autres fiches d'alimentation, cordons ou connecteurs, vous risquez d'endommager votre lampe ou l'adaptateur d'alimentation.

▲ MISE EN GARDE: • suite

- Cet appareil est conforme à la partie 15 des règles de la FCC. Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes : 1) cet appareil ne doit pas provoquer d'interférences nuisibles, et 2) cet appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris les interférences pouvant provoquer un fonctionnement indésirable.

Verilux
2803 S. Yale St.
Santa Ana, CA 92704
verilux.com

Ce produit est protégé contre une utilisation non autorisée. NE PAS le modifier sans l'autorisation du fabricant, sinon l'autorisation de l'utilisateur à opérer pourrait être annulée.

Remarque : Cet équipement a été testé et déclaré conforme aux limites pour un appareil numérique de classe B[†], conformément à la partie 15 de la FCC Règles. Ces limites sont conçues pour fournir une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans une installation résidentielle. Cet équipement génère, utilise et peut émettre de l'énergie radiofréquence et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, peut causer des interférences avec les communications radio. Cependant, il n'y a aucune garantie que des interférences ne se produiront pas dans une installation particulière. Si cet appareil provoque des interférences nuisibles à la réception radio ou télévision, ce qui peut être constaté en éteignant et en rallumant l'appareil, l'utilisateur est encouragé à essayer de corriger l'interférence par une ou plusieurs des mesures suivantes:

- Réorienter ou déplacer l'antenne de réception.
- Augmenter la distance entre l'appareil et le récepteur.
- Brancher l'appareil dans une prise sur un circuit différent de celui sur lequel le récepteur est branché.
- Consulter le revendeur ou un technicien radio/TV expérimenté pour obtenir de l'aide.

[†]Cet appareil numérique de catégorie B est conforme à la norme canadienne ICES-005.

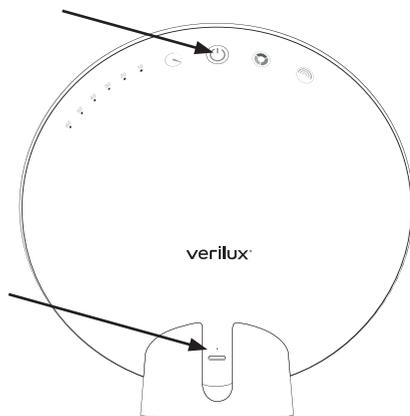
- Cette lampe n'est pas conçue pour être utilisée avec un gradateur, une minuterie, un détecteur de mouvement ou un transformateur de tension.
- Utiliser un parasurtenseur de qualité sur tout matériel électronique. Les variations et les pointes de tension peuvent endommager les composants électroniques dans tous les systèmes. Un parasurtenseur de bonne qualité peut éliminer la grande majorité des défaillances attribuables aux surtensions. Les parasurtenseurs s'achètent dans les magasins d'appareils électroniques.

CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

Installation et Test Préliminaire de l'Appareil

1. Installation – Brancher la Lampe

- Placer la lampe sur une surface plane.
- Enfoncer la fiche de l'adaptateur d'alimentation dans la prise de l'adaptateur, comme illustré à l'arrière de la lampe.
- Brancher l'adaptateur dans une prise électrique standard de 120 V c.a.
- Allumer la lampe à l'aide du bouton d'alimentation situé à l'arrière la lampe comme indiqué ici.



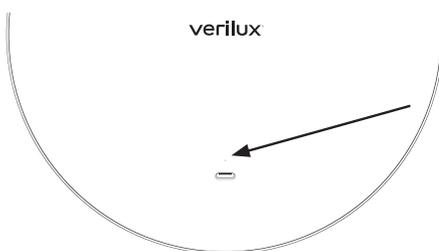
2. Effectuer le Test Préliminaire de L'Appareil

- Avant de commencer à utiliser votre lampe HappyLight® Halo, veuillez effectuer le test préliminaire de l'appareil de la page 11 et lire le manuel d'utilisation pour obtenir des renseignements utiles et des mesures de sécurité.

Mode D'Emploi - Chargement

Votre lampe HappyLight® Halo se recharge automatiquement quand elle est connectée à l'adaptateur et à l'alimentation. L'indicateur de charge situé au dessus du port USB-C affiche l'état du chargement :

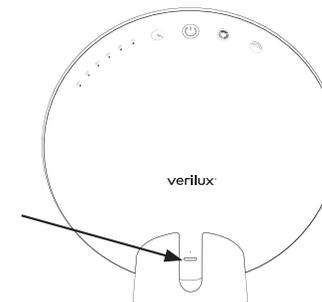
- Rouge – Chargement en cours
 - Éteint – Chargement complet
- Le chargement de 0% à 100% prend environ 3 heures.
 - La durée d'utilisation sans fil varie selon le niveau de luminosité. Les estimations suivantes sont calculées à partir d'une batterie complètement chargée:
 - luminosité à 25% ~ 2 heures
 - luminosité à 50% ~ 70 minutes
 - luminosité à 75% ~ 50 minutes
 - luminosité à 100% ~ 40 minutes



Mode d'Emploi – Mode Branché et Mode Débranché

Votre lampe HappyLight® vous offre un maximum de liberté avec sa batterie intégrée qui vous permet d'utiliser la lampe avec ou sans connexion à une source d'alimentation.

- Mode Branché – Connectez simplement votre lampe HappyLight® Halo à l'adaptateur comme indiqué ici.
- Mode Débranché - Assurez-vous que la lampe soit chargée complètement (l'indicateur de charge devrait être éteint), débranchez le cordon de chargement, et positionnez votre lampe HappyLight® où vous le souhaitez.



Mode d'Emploi – Commandes

Votre lampe HappyLight® Halo comporte des commandes tactiles, ce qui rend votre expérience de luminothérapie facile et amusante !



Marche/Arrêt : Le bouton d'alimentation principal est situé sur le dessus de la lampe Halo. La lampe doit être sous tension avant de pouvoir modifier des paramètres spécifiques. Lorsque vous la mettez hors tension, vos sélections sont automatiquement enregistrées pour votre prochaine utilisation. C'est pratique, n'est-ce pas ?

Trois commandes vous permettent de modifier vos paramètres et de personnaliser votre expérience HappyLight®:



Sélecteur de couleur HappyHue^{MC} : Utilisez la commande de gauche (orientée comme si vous regardiez l'arrière de la lampe) pour choisir entre 3 tons de lumière blanche différents. Chaque fois que vous touchez la commande, la lumière change de ton.¹

¹ Les options de couleur de température sont blanc chaud (3 500 K), blanc neutre (4 150 K), et lumière du jour (5 000 K)



Luminosité : Appuyez sur la commande de droite (orienté comme si vous regardiez l'arrière de la lampe) pour choisir entre 4 différents niveaux de luminosité afin de trouver celui qui vous convient le mieux.² Si le réglage le plus lumineux vous est inconfortable, vous pouvez commencer à un réglage plus faible et augmenter graduellement l'intensité sur plusieurs séances jusqu'à la luminosité maximale de 10 000 lux. Augmenter la luminosité en cours d'utilisation vous permettra d'obtenir plus rapidement votre dose quotidienne de lumière saine et éclatante (ce qui signifie des séances de luminothérapie plus courtes!).

Mode d'Emploi – Commandes

Cependant, si un réglage de luminosité plus faible vous convient mieux, c'est très bien comme ça! Augmentez simplement votre temps d'exposition à la lumière et vous obtiendrez toujours les mêmes avantages!

²Les options de niveau de luminosité sont de 2 500 lux, 5 000 lux, 7 500 lux et 10 000 lux

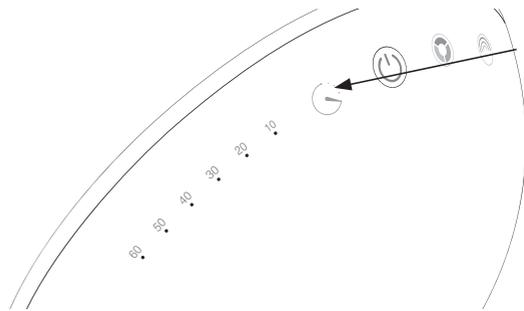


Minuterie : La minuterie vous aide à surveiller la durée de votre expérience de luminothérapie (ce qui la rend très pratique). Vous pouvez mettre la minuterie en marche pendant que vous faites d'autres choses (comme lire un livre, consulter vos courriels ou simplement savourer une tasse de café ou de thé), et votre lampe s'éteindra d'elle-même une fois votre séance de luminothérapie terminée.

Réglage rapide d'une heure : Afin de mettre la minuterie pour une séance d'une heure, effleurez rapidement la commande de la minuterie. Les voyants illuminés clignoteront une fois, indiquant qu'une séance d'une heure a été réglée.

Personnalisation de la durée de votre séance: Vous pouvez personnaliser la durée de votre séance de luminothérapie en incréments de 10 minutes.

Étape 1 – Appuyez sur la commande de la minuterie et maintenez-la enfoncée pendant 2 secondes. Les voyants d'incrément illuminés clignoteront deux fois, vous indiquant que le mode de programmation a commencé.



Étape 2 – Continuez d'appuyer sur la commande et sélectionnez la durée de votre séance de luminothérapie. La durée est indiquée pour chaque lumière.

Étape 3 – Retirez votre doigt lorsque la durée voulue est atteinte. Les voyants illuminés clignoteront à trois reprises, vous indiquant que la durée voulue de la séance a été enregistrée et que la programmation a été effectuée.

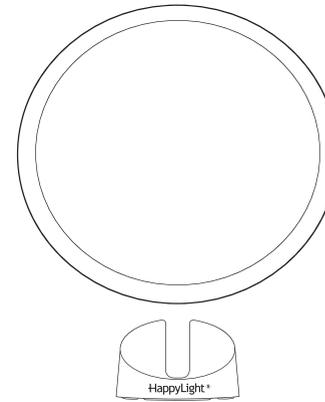
Remarque : Si vous touchez la commande à nouveau avant l'achèvement des trois clignotements, vous pourrez continuer à modifier la durée de la séance.

Arrêt de la minuterie : Appuyez sur la commande de la minuterie et maintenez-la enfoncée jusqu'à ce que les voyants illuminés s'éteignent. Si vous désirez également éteindre la lumière, appuyez sur le bouton marche-arrêt situé au haut de la lampe pour l'éteindre complètement.

Mode d'Emploi – Positionnement

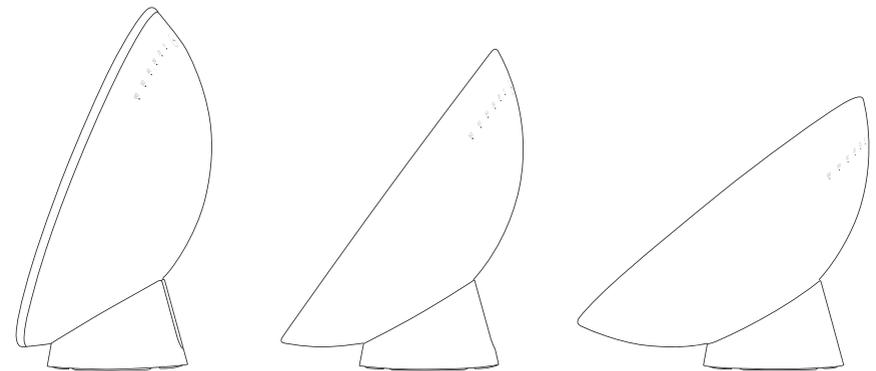
Asseyez-vous près de votre lampe HappyLight® Halo, les yeux ouverts. Tout en demeurant orienté vers la lumière, n'hésitez pas à entreprendre d'autres activités que vous feriez normalement, notamment lire, travailler sur l'ordinateur ou à votre bureau, utiliser votre téléphone ou tablette, vous maquiller ou même vos passe-temps et l'artisanat! Vraiment, il n'y a pas de limite à ce que vous pouvez faire – obtenez votre dose de lumière éclatante pour la journée et vachez à vos occupations habituelles!

La conception exclusive du socle magnétique et portable de la lampe Halo permet d'ajuster l'angle de vue avec une simple rotation.



Vous pouvez placer votre lampe HappyLight® Halo à une distance de 15 à 60 centimètres (6 à 24 pouces) de votre visage. La durée d'utilisation et la distance sont en corrélation, ce qui signifie que plus la lampe est proche de vous, moins la durée de votre séance de luminothérapie sera longue et vice versa lorsque la lampe est placée plus loin (donc une séance plus longue lorsque la lampe est plus loin de vous!). Elle est plus efficace lorsqu'elle est placée de manière légèrement décentrée.

Remarque importante : Ne fixez pas directement la lampe



Mode d'Emploi – Personnalisation

Étant donné que la lumière doit être orientée vers votre visage (mais que vous ne devez pas la regarder directement), vos yeux doivent être ouverts pour tirer pleinement profit de la séance.

Remarque: Les lunettes de soleil atténuent la quantité de lumière qui atteint vos yeux et nécessiteraient de réaliser une séance plus longue.

Nous sommes tous uniques et chaque personne réagit à la lumière différemment. Il est important de trouver la distance, la durée et la couleur qui vous conviennent le mieux. La distance à laquelle vous positionnez la lampe HappyLight® Halopar rapport à vous a une incidence sur la durée d'utilisation de la lampe. Plus vous êtes proche, plus la luminosité est élevée et moins vous aurez besoin de temps chaque jour pour utiliser la lampe HappyLight® Halo pour bénéficier de ses avantages !

Si vous n'obtenez pas les résultats souhaités ou si vous vous sentez léthargique, voici quelques mesures que vous pouvez prendre :

- Essayez d'utiliser un niveau de luminosité plus élevé
- Rapprochez la lampe de votre visage
- Augmentez la durée d'utilisation de la lampe

Si vous ressentez une nervosité ou vous vous sentez trop stimulé, essayez certaines de ces solutions :

- Utilisez un niveau de luminosité plus faible
- Éloignez la lampe de votre visage
- Réduisez la durée d'utilisation de la lampe
- Prenez une pause d'utilisation de la lampe

N'oubliez pas que vous disposez de quelques options incroyables pour personnaliser votre expérience ! Le sélecteur de couleur HappyHue^{MG} de la lampe Halo vous permet de régler la température de votre lumière, et la minuterie vous aide à régler facilement la durée voulue de votre séance !

Essayez de tenir un journal de ce que vous ressentez lorsque vous utilisez la lampe HappyLight® Halo pour trouver les paramètres qui vous conviennent le mieux !

Mode d'Emploi – Mise à l'Essai de l'Appareil

Pour vous aider à déterminer votre niveau de sensibilité à la lumière, nous vous recommandons d'effectuer cette mise à l'essai dès la première utilisation de votre lampe de luminothérapie HappyLight® Halo.

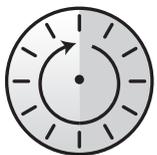
Étape 1 - Allumez la lampe et placez-la à environ 45 centimètres (18 pouces) de votre visage. (Évitez de regarder la lumière directement.)

Étape 2 - Utilisez la lampe pendant environ 10 minutes et éteignez-la (vous pouvez utiliser la minuterie pour régler une séance de 10 minutes afin de faciliter les choses!). Si vous ressentez un léger inconfort causé par la lumière, cessez de l'utiliser et consultez un médecin. Si vous n'éprouvez aucun inconfort, vous pouvez, de façon graduelle, augmenter l'intensité de la luminosité, diminuer la distance entre vous et la lampe et/ou augmenter la durée d'utilisation. Lorsque vous utilisez la lampe pour la première fois, vous devez surveiller tout inconfort et ajuster la luminosité, le sélecteur HappyHue, la distance et la durée d'utilisation en conséquence. Tenir un journal ou un registre de ce que vous ressentez au moment d'utiliser la lampe HappyLight® Halo au cours des premières semaines vous aidera à trouver les réglages, la distance et la durée d'utilisation qui vous conviennent le mieux !

⚠ AVERTISSEMENT : Certains médicaments (p. ex., antidépresseurs) et certaines maladies mentales diagnostiquées peuvent induire une certaine photosensibilité, qui peut créer de l'inconfort, de l'hyperactivité ou de l'hypomanie. Consultez votre professionnel de la santé avant d'utiliser ce produit.

⚠ AVERTISSEMENT : Si vous avez une maladie des yeux ou si vous risquez d'être atteint de dégénérescence maculaire ou d'une autre maladie des yeux, consultez votre professionnel de la santé avant d'utiliser ce produit.

Établir une Routine Quotidienne



**30 minutes
à 1 heure
par jour**

L'établissement de votre routine quotidienne avec la lampe HappyLight® Halo vous aidera à maximiser les avantages de la luminothérapie. La recherche clinique sur la luminothérapie démontre sans cesse que l'exposition à 2 500 à 10 000 lux (une mesure de

l'intensité ou de la « luminosité » de la lumière) entre 20 minutes et quelques heures par jour aide à atténuer les problèmes d'humeur et de sommeil et peut faire disparaître les symptômes de la « déprime hivernale ». Il a été démontré qu'une utilisation régulière à la même heure chaque jour a l'incidence la plus significative, et que l'utilisation tôt dans la journée est également plus efficace pour les cycles de sommeil.

La sensibilité à la lumière est différente pour chacun. Il est donc important de trouver les paramètres, la distance et la durée d'utilisation qui vous conviennent le mieux. Après avoir terminé la mise à l'essai de l'appareil, utilisez régulièrement votre lampe HappyLight®, toujours environ au même moment de la journée. Vous pouvez choisir de faire tout cela en une seule séance, ou de diviser votre utilisation en plusieurs petites séances. Utilisez votre lampe HappyLight® Halo quotidiennement pour améliorer votre sommeil, votre humeur, votre niveau d'énergie et votre concentration.

Lorsque vous établissez votre routine, si vous vous sentez morose et léthargique, augmentez la luminosité de la lampe, asseyez-vous plus près de celle-ci et/ou prolongez la durée de votre séance. Si vous ressentez une sorte de nervosité, comme si vous aviez bu trop de café, il est peut-être temps d'éteindre la lampe.

** La durée d'utilisation recommandée se fonde sur la luminosité et la distance. Les résultats obtenus peuvent varier d'une personne à l'autre. Veuillez également consulter les avertissements figurant au bas de la section portant sur la mise à l'essai de l'appareil à la page 11 précédente.*

Caractéristiques et Avantages

Votre nouvelle lampe HappyLight® Halo est conçue pour vous offrir une expérience de luminothérapie personnalisable pour répondre à vos besoins uniques. Voici l'ensemble des fonctionnalités et avantages incroyables auxquels vous pouvez vous attendre de votre nouveau compagnon de luminothérapie:

- Lumière à spectre complet pour éclairer votre maison, votre bureau ou votre chambre et stimuler les capteurs d'énergie de votre corps pour vous rendre plus alerte, concentré et productif

Caractéristiques et Avantages · Suite

- 10 000 lux† de lumière éclatante pour améliorer votre sommeil, votre humeur, votre niveau d'énergie et votre concentration
- Luminosité réglable avec 4 niveaux qui vous permettent de choisir l'intensité avec laquelle vous êtes le plus à l'aise
- HappyHue vous permet de régler la température de la lumière de la lampe Halo de blanc chaud à lumière du jour – trouvez ce que vous aimez le mieux ou changez le réglage en fonction de comment vous vous sentez ce jour-là
- Grâce à la technologie d'élimination des scintillements Flicker Elimination Technology® et au contrôle de l'éblouissement Optix®, vous pouvez compter sur une lumière confortable pour vos yeux
- La taille compacte de la lampe Halo et son faible encombrement permettent de facilement trouver son emplacement parfait
- La batterie rechargeable et l'opération sans fil offrent portabilité et commodité
- Le socle magnétique rend le positionnement de la lumière flexible pour vous apporter un angle parfait

†10 000 lux à 15 cm (6 po).

Entretien et Nettoyage

Votre lampe HappyLight® Halo est fabriquée à partir de matériaux de haute qualité conçus pour durer avec un minimum d'entretien. Il est bon de nettoyer régulièrement la lampe à l'aide d'un nettoyant doux non abrasif et d'un chiffon doux. Au moment de la nettoyer, assurez-vous d'avoir bien éteint et débranché la lampe et laissez-lui suffisamment de temps pour refroidir.

Dépannage

Si vous éprouvez des problèmes avec votre lampe HappyLight® Halo, veuillez prendre les mesures suivantes:

- Vous assurer que l'adaptateur et la fiche sont complètement enfoncés de façon sécuritaire.
- Vérifier que la prise murale est alimentée en électricité ou essayer une autre prise – une prise qui n'est pas branchée à un gradateur.

Dépannage • Suite

Problème	Point à vérifier	Solution
La lampe ne s'allume pas	Avez-vous allumé la lampe?	La lampe ne s'allume pas automatiquement lorsque la lampe est branchée. Assurez-vous d'appuyer sur le bouton d'alimentation – vous entendrez un clic (consultez « Mode d'emploi » à la page 7)
	La fiche a-t-elle été desserrée?	Insérez fermement la fiche à l'arrière de la lampe.
	Est-ce que la batterie est déchargée?	Assurez-vous que la lampe est branchée à l'alimentation et consultez le voyant de l'état du chargement.
La lumière vacille	La fiche a-t-elle été desserrée?	Insérez fermement la fiche dans une prise murale. Insérez fermement la fiche à l'arrière de la lampe
	La lampe est-elle raccordée à un gradateur?	Raccordez la fiche de la lampe uniquement à la prise murale sans gradateur

Caractéristiques Techniques

Lampe de luminothérapie DEL HappyLight® Halo

Environment : Température de fonctionnement: -10 à 35°C (14 à 95°F)
 Température d'entreposage: -20 à 40°C (-4 à 104 °F)
 Humidité relative: 10 à 90% sans condensation

Alimentation : Puissance d'entrée à l'adaptateur: 100-240V CA, 0,7 A max
 Puissance d'entrée de l'appareil: 12 V c.c., 2A max

Compatibilité avec

tension de 220 V : Pour une utilisation à 220 V, il suffit de fixer un adaptateur de prise.
 Aucun convertisseur n'est nécessaire.

Homologué ETL au Canada et aux États-Unis

Garantie Limitée de Trois Ans

En tant que champion de l'innovation en matière de produits de luminothérapie depuis plus de deux décennies, Verilux, fondée en 1956, offre une garantie limitée de trois ans sur sa lampe énergisante HappyLight®.

Attention: Une fois la boîte ouverte, ne pas retourner ce produit dans le magasin où il a été acheté aux fins de réparation ou de remplacement.

Vous trouverez de nombreuses réponses aux questions que vous vous posez sur le site www.verilux.com. Vous pouvez également communiquer avec notre service à la clientèle au 1 800 786-6850 pendant les heures normales de bureau.

La garantie limitée est offerte par Bear Down Brands LLC, 2803 S. Yale St., Santa Ana, CA 92704.

Verilux garantit que ce produit est exempt de défauts matériels et de fabrication pendant une période de trois ans à compter de la date d'achat initiale du produit auprès de Verilux ou d'un distributeur autorisé de Verilux. **Une preuve d'achat est exigée pour toutes les réclamations de garantie.** Au cours de la période de garantie limitée, Verilux Inc. remplacera les pièces défectueuses de ce produit, lorsqu'elles sont disponibles, sans aucuns frais pour le client, sous réserve des limites suivantes: cette garantie limitée ne comprend pas les frais d'affranchissement, de transport, de manutention, d'assurance ou de livraison. Cette garantie ne couvre pas les dommages, défauts ou défaillances causés par ou résultant d'un accident, de la destruction externe, de la transformation, de la modification, de l'utilisation abusive, de la mauvaise utilisation ou de la mauvaise application de ce produit.

Cette garantie ne couvre pas les dommages au produit résultant d'un retour ou d'une opération de manutention. Nous vous conseillons de souscrire à une assurance de transport pour protéger votre produit.

Une autorisation de retour est requise pour tous les retours. Pour obtenir une autorisation de retour, veuillez communiquer avec le service à la clientèle de Verilux.

Si ce produit ne fonctionne pas correctement au cours des trois premières années de possession, il doit être retourné comme mentionné sur le site verilux.com/warranty ou conformément aux directives d'un représentant du service à la clientèle de Verilux.

En raison des améliorations qui y sont continuellement apportées, le produit réel peut légèrement différer de la description fournie dans ce manuel.

Veuillez visiter notre site Web à l'adresse verilux.com ou communiquer avec notre équipe de satisfaction de la clientèle au 1-800-786-6850 hello@verilux.com

verilux®

Les représentants sont disponibles du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h HNE
 2803 S. Yale St., Santa Ana, CA 92704
 Inscrivez la garantie en ligne à verilux.com/warranty