

# beurer SL 10 DreamLight



<b>DE</b> Einschlafhilfe mit Licht Gebrauchsanweisung.....	2
<b>EN</b> Sleep aid light Instructions for use.....	22
<b>FR</b> Aide au sommeil lumineux Mode d'emploi.....	42
<b>ES</b> Aparato con luz para conciliar el sueño Instrucciones de uso.....	63
<b>IT</b> Addormentarsi dolcemente con la luce Istruzioni per l'uso.....	83
<b>TR</b> Işıklı uykuya dalma yardımcısı Kullanım kılavuzu.....	102
<b>RU</b> Помощь при засыпании со светом Инструкция по применению.....	121
<b>PL</b> Wyświetlacz ułatwiający zasypianie Instrukcja obsługi.....	139



# DEUTSCH



**Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung aufmerksam durch, bewahren Sie sie für späteren Gebrauch auf, machen Sie sie anderen Benutzern zugänglich und beachten Sie die Hinweise.**

## **Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,**

wir freuen uns, dass Sie sich für ein Produkt unseres Sortimentes entschieden haben. Unser Name steht für hochwertige und eingehend geprüfte Qualitätsprodukte aus den Bereichen Wärme, Gewicht, Blutdruck, Körpertemperatur, Puls, Sanfte Therapie, Massage, Beauty, Baby und Luft.

Mit freundlicher Empfehlung

Ihr Beurer-Team

## **Inhalt**

1. Zum Kennenlernen .....	4	8. Anwendung .....	14
2. Lieferumfang.....	5	9. Reinigung und Pflege .....	16
3. Zeichenerklärung.....	6	10. Was tun bei Problemen? .....	16
4. Bestimmungsgemäßer Gebrauch....	7	11. Entsorgung .....	17
5. Warn- und Sicherheitshinweise.....	8	12. Technische Angaben .....	18
6. Gerätebeschreibung .....	11	13. Garantie / Service .....	18
7. Inbetriebnahme .....	12		

# 1. Zum Kennenlernen

## Warum ist Schlaf so wichtig?

Eine erholsame Nacht mit ausreichend Schlaf ist für unser körperliches und psychisches Wohlbefinden von enormer Bedeutung; denn im Schlaf verarbeiten wir unter anderem neu gewonnene Erfahrungen und stärken unsere geistige und körperliche Fitness. Die beurer Einschlafhilfe SL 10 DreamLight wurde speziell dafür entwickelt, den Einschlafprozess zu erleichtern.

Das Gerät projiziert einen farbigen, pulsierenden Lichtkreis an die Zimmerdecke. Man atmet ein und aus im Einklang mit der Lichtprojektion und kommt so zur Ruhe. Sie können zwischen 2 unterschiedlichen Atemtechniken wählen ("RELAX" und "4-7-8").

## Warum fällt uns das Einschlafen so schwer?

Werden wir mit Stress und Ängsten konfrontiert, versetzt das vegetative Nervensystem unseren Körper in einen Alarmzustand. Daraufhin schüttet der Körper das Stresshormon Cortisol aus und hemmt die Produktion des Schlafhormons Melatonin, was Schlaflosigkeit zur Folge hat.

Die Einschlafhilfe hilft Ihnen aktiv das vegetative Nervensystem wieder in ein Gleichgewicht zu bringen. Die ruhige Ein- und Ausatmung im Rhythmus des Lichts lenkt Sie von Ihren Gedanken ab und die Gehirnaktivität wird heruntergefahren. Es gelangt mehr Sauerstoff ins Blut, die Cortisol-Ausschüttung nimmt ab und das Schlafhormon Melatonin wird vermehrt produziert. Der Einschlafprozess wird verkürzt und erleichtert.

## 2. Lieferumfang

Überprüfen Sie den Lieferumfang auf äußere Unversehrtheit der Kartonverpackung und auf die Vollständigkeit des Inhalts. Stellen Sie vor dem Gebrauch sicher, dass das Gerät und Zubehör keine sichtbaren Schäden aufweisen und jegliches Verpackungsmaterial entfernt wird. Benutzen Sie es im Zweifelsfall nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an die angegebene Kundendienstadresse.




- 1x Einschlafhilfe
- 1x Standfuß
- 2x AAA-Batterien



### 3. Zeichenerklärung

Auf dem Gerät, in der Gebrauchsanweisung, auf der Verpackung und auf dem Typschild des Geräts werden folgende Symbole verwendet:

	Gebrauchsanweisung lesen	 <b>Hinweis</b>	Hinweis auf wichtige Informationen
 <b>WARNUNG</b>	Warnhinweis auf Verletzungsgefahren oder Gefahren für Ihre Gesundheit	 <b>ACHTUNG</b>	Sicherheitshinweis auf mögliche Schäden am Gerät/ Zubehör
	Hersteller	 PAP	Verpackung umweltgerecht entsorgen
	Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der geltenden europäischen und nationalen Richtlinien.		Zertifizierungszeichen für Produkte, die in die Russische Föderation und in die Länder der GUS exportiert werden

	Entsorgung gemäß der Elektro- und Elektronik Altgeräte EG-Richtlinie – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).		Schadstoffhaltige Batterien nicht im Hausmüll entsorgen
	Gleichstrom		

## 4. Bestimmungsgemäßer Gebrauch

### **WARNUNG**

Verwenden Sie die Einschlafhilfe ausschließlich am Menschen. Verwenden Sie die Einschlafhilfe nicht an Tieren. Die Einschlafhilfe ist nur für den Gebrauch in geschlossenen Räumen und im häuslichen/privaten Umfeld bestimmt. Die Einschlafhilfe ist nicht für den medizinischen oder kommerziellen Gebrauch bestimmt. Die Einschlafhilfe ist nicht für den therapeutischen Gebrauch, bei gesundheitlich bedingten Schlafstörungen, bestimmt. Verwenden Sie die Einschlafhilfe nur für den Zweck, für den sie entwickelt wurde und auf die in dieser Gebrauchsanweisung angegebene Art und Weise. Jeder unsachgemäße Gebrauch kann gefährlich sein! Der Hersteller haftet nicht für Schäden, die durch unsachgemäßen oder falschen Gebrauch verursacht wurden.

## 5. Warn- und Sicherheitshinweise



### WARNUNG

- Halten Sie Kinder von der Einschlafhilfe und dem Verpackungsmaterial fern. Es besteht Erstickungsgefahr!
- Dieses Gerät kann von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrungen und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.
- Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen.
- Reinigungs- und Benutzer-Wartung dürfen nicht von Kindern ohne Beaufsichtigung durchgeführt werden.
- **Halten Sie vor einer Anwendung des Geräts Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt bei:**
  - Anfallsleiden wie Epilepsie oder Asthma
  - Vorliegender Erkrankung des vegetativen Nervensystems
  - Niedrigem Blutdruck
- **Sollten Sie während der Anwendung Schwindelgefühle, Übelkeit, Panik oder Herzklopfen verspüren, brechen Sie die Anwendung sofort ab und schalten Sie das Gerät aus.**



- Schauen Sie am Gerät niemals direkt in das Licht.
- Bei gesundheitlichen Bedenken irgendwelcher Art konsultieren Sie Ihren Hausarzt!
- Schützen Sie das Gerät vor Stößen, Feuchtigkeit, Staub, Chemikalien, starken Temperaturschwankungen, direkter Sonneneinstrahlung, Spritzwasser, Sand und zu nahen Wärmequellen (Öfen, Heizkörper).
- Das Gerät niemals in Wasser oder andere Flüssigkeiten tauchen.

## Allgemeine Hinweise zum Umgang mit Batterien



### **WARNUNG**

- Wenn Flüssigkeit aus einer Batteriezelle mit Haut oder Augen in Kontakt kommt, die betroffene Stelle mit Wasser auswaschen und ärztliche Hilfe aufsuchen.
- Wenn eine Batterie ausgelaufen ist, Schutzhandschuhe anziehen und das Batteriefach mit einem trockenen Tuch reinigen.
- Schützen Sie Batterien vor übermäßiger Wärme.
- Explosionsgefahr! Keine Batterien ins Feuer werfen.
- Verschluckungsgefahr! Kleinkinder könnten Batterien verschlucken und daran ersticken. Daher Batterien für Kleinkinder unerreichbar aufbewahren!
- Auf Polaritätskennzeichen Plus (+) und Minus (-) achten.
- Batterien dürfen nicht geladen oder kurzgeschlossen werden.

- Bei längerer Nichtbenutzung des Geräts die Batterien aus dem Batteriefach nehmen.
- Verwenden Sie nur denselben oder einen gleichwertigen Batterietyp.
- Immer alle Batterien gleichzeitig auswechseln.
- Keine Akkus verwenden!
- Keine Batterien zerlegen, öffnen oder zerkleinern.

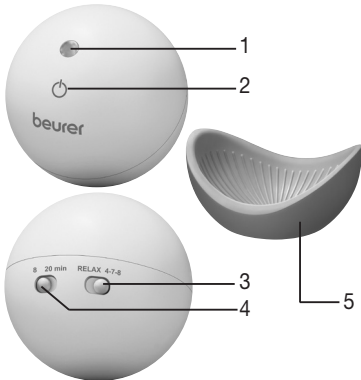


## **ACHTUNG**

- Sie dürfen das Gerät nicht öffnen. Versuchen Sie das Gerät nicht selbst zu reparieren. Hierbei könnten ernsthafte Verletzungen die Folge sein. Bei Nichtbeachten erlischt die Garantie.
- Wenden Sie sich bei Reparaturen an den Kundenservice oder an einen autorisierten Händler.
- Lassen Sie das Gerät nicht fallen. Werfen Sie niemals das Gerät. Schützen Sie das Gerät vor Stößen und starken Krafteinwirkungen.
- Verwenden und lagern Sie das Gerät in einer Umgebungstemperatur zwischen 10 °C bis 40 °C. Höhere oder niedrigere Temperaturen können die Einschlafhilfe beschädigen.

## 6. Gerätebeschreibung

1. Lichtauslass
2. EIN/AUS-Touch-Button
3. Atemtechnik-Regler
4. Abschaltautomatik-Regler
5. Standfuß

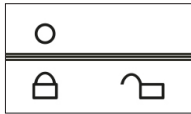
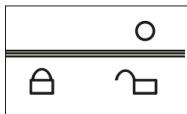


# 7. Inbetriebnahme

## Batterien einlegen

Bevor Sie die Einschlafhilfe das erste Mal in Betrieb nehmen, müssen Sie zuerst die zwei mitgelieferten AAA-Batterien in das Gerät einlegen. Gehen Sie dazu wie folgt vor:

1. Drehen Sie die obere Hälfte der Einschlafhilfe gegen den Uhrzeigersinn auf. Nehmen Sie die obere Hälfte ab.
2. Legen Sie die zwei mitgelieferten AAA-Batterien wie abgebildet in die untere Hälfte der Einschlafhilfe ein. Achten Sie beim Einlegen auf die korrekte Polarität (+/-) der Batterien.
3. Drehen Sie die obere Hälfte der Einschlafhilfe im Uhrzeigersinn auf die untere Hälfte, bis sie spürbar fest einrastet.



## Atemtechnik wählen

Sie können am Gerät zwischen den Atemtechniken "RELAX" und "4-7-8" wählen. Je nach gewählter Atemtechnik, pulsiert das Licht in einem anderen Rhythmus. Atmen Sie ein und aus im Einklang mit der Lichtprojektion.

Lichtkreis nimmt zu: Einatmen durch die Nase.

Lichtkreis nimmt ab: Ausatmen durch den Mund.

Zusätzlich bei Atemtechnik „4-7-8“ –

Lichtkreis steht still: Atem halten.

Wählen Sie mit dem Atemtechnik-Regler (befindet sich auf der Rückseite der Einschlafhilfe) Ihre gewünschte Atemtechnik.



- Atemtechnik **Relax** (40 % Einatmen; 60 % Ausatmen):

Die Atemfrequenz reduziert sich allmählich von einer etwas schnelleren Frequenz zu 6 Atemzügen pro Minute. Dies bedeutet 4 Sekunden Einatmen und 6 Sekunden Ausatmen.

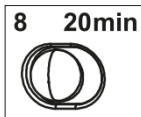
- Atemtechnik **4-7-8** (bekannte Methode zur Meditation oder Yoga):

4 Sekunden einatmen, 7 Sekunden Atem halten und 8 Sekunden ausatmen.

## Abschaltautomatik wählen


Das Gerät verfügt über eine Abschaltautomatik. Nach Ablauf der Zeit, schaltet sich das Licht der Einschlafhilfe automatisch aus.



Wählen Sie mit dem Abschaltautomatik-Regler (befindet sich auf der Rückseite der Einschlafhilfe) Ihre gewünschte Anwendungsdauer (8 oder 20 Minuten).



## 8. Anwendung

### Anwendung beginnen

1. Legen Sie die Einschlafhilfe in den Standfuß.
2. Platzieren Sie den Standfuß in greifbarer Nähe auf eine erhöhte Ablage (z.B. Nachttisch).
3. Dunkeln Sie den Raum ab.
4. Um die Einschlafhilfe einzuschalten, berühren Sie den Touch-Button . Das Licht der Einschlafhilfe beginnt rot zu leuchten. Sie können zwischen einem roten und einem blauen Licht wählen.

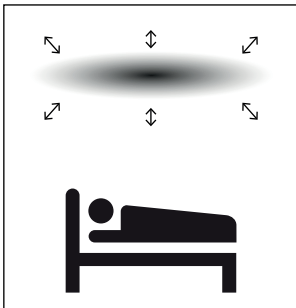
 1x drücken	Licht beginnt rot zu leuchten
 2x drücken	Licht beginnt blau zu leuchten



3x drücken

Licht schaltet sich wieder aus

5. Richten Sie die Lichtprojektion so an der Zimmerdecke aus, dass Sie im Liegen bequem darauf schauen können.
6. Betrachten Sie das Licht. Atmen Sie im Rhythmus des Lichts ganz entspannt ein und aus.



## 9. Reinigung und Pflege



### WARNUNG

- Reinigen Sie die Einschlafhilfe NICHT in der Waschmaschine oder Spülmaschine! Benutzen Sie zum Reinigen keine chemischen Reiniger oder Scheuermittel.
- Reinigen Sie die Einschlafhilfe mit einem leicht angefeuchteten Tuch. Bei stärkerer Verschmutzung können Sie das Tuch auch mit einer leichten Seifenlauge befeuchten.

## 10. Was tun bei Problemen?

<b>Problem</b>	<b>Mögliche Ursache</b>	<b>Behebung</b>
Gerät lässt sich nicht einschalten	Batterien leer	Neue Batterien einlegen
Licht leuchtet schwach	Batterien fast leer	Neue Batterien einlegen
Gerät lässt sich nicht einschalten, trotz neuer Batterien	Das Gerät ist defekt	Kontaktieren Sie den Kundendienst



# 11. Entsorgung

Im Interesse des Umweltschutzes darf das Gerät am Ende seiner Lebensdauer nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden.

Die Entsorgung kann über entsprechende Sammelstellen in Ihrem Land erfolgen. Entsorgen Sie das Gerät gemäß der Elektro- und Elektronik Altgeräte EG-Richtlinie – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).


Bei Rückfragen wenden Sie sich an die für die Entsorgung zuständige kommunale Behörde.



- Die verbrauchten, vollkommen entladenen Batterien müssen Sie über speziell gekennzeichnete Sammelbehälter, Sondermüllannahmestellen oder über den Elektrohändler entsorgen. Sie sind gesetzlich dazu verpflichtet, die Batterien zu entsorgen.
- Diese Zeichen finden Sie auf schadstoffhaltigen Batterien:  
Pb = Batterie enthält Blei,  
Cd = Batterie enthält Cadmium,  
Hg = Batterie enthält Quecksilber.



## 12. Technische Angaben

Type	SL 10
Artikelnummer	677.65
Gewicht	ca. 200 g (ohne Batterien)
Batterie	2 x 1,5 V  Batterie AAA LR03
Maße Gerät mit Standfuß	7,6 x 7,1 x 7 cm
Batterielebensdauer	ca. 50 Stunden
Optimaler Deckenabstand	2 m

Technische Änderungen vorbehalten.

## 13. Garantie / Service

Die Beurer GmbH, Söflinger Straße 218, D-89077 Ulm (nachfolgend „Beurer“ genannt) gewährt unter den nachstehenden Voraussetzungen und in dem nachfolgend beschriebenen Umfang eine Garantie für dieses Produkt.

**Die nachstehenden Garantiebedingungen lassen die gesetzlichen Gewährleistungsverpflichtungen des Verkäufers aus dem Kaufvertrag mit dem Käufer unberührt. Die Garantie gilt außerdem unbeschadet zwingender gesetzlicher Haftungs Vorschriften.**

Beurer garantiert die mangelfreie Funktionstüchtigkeit und die Vollständigkeit dieses Produktes.

Die weltweite Garantiezeit beträgt 3 Jahre ab Beginn des Kaufes des neuen, ungebrauchten Produktes durch den Käufer.

Diese Garantie gilt nur für Produkte, die der Käufer als Verbraucher erworben hat und ausschließlich zu persönlichen Zwecken im Rahmen des häuslichen Gebrauchs verwendet.

Es gilt deutsches Recht.

Falls sich dieses Produkt während der Garantiezeit als unvollständig oder in der Funktionstüchtigkeit als mangelhaft gemäß der nachfolgenden Bestimmungen erweist, wird Beurer gemäß diesen Garantiebedingungen eine kostenfreie Ersatzlieferung oder Reparatur durchführen.

**Wenn der Käufer einen Garantiefall melden möchte, wendet er sich zunächst an den Beurer Kundenservice:**

**Beurer GmbH, Servicecenter**

**Tel: +49 731 3989-144**

Für eine zügige Bearbeitung nutzen Sie bitte unser Kontaktformular auf der Homepage [www.beurer.com](http://www.beurer.com) unter der Rubrik ‚Service‘.

Der Käufer erhält dann nähere Informationen zur Abwicklung des Garantiefalls, z.B. wohin er das Produkt kostenfrei senden kann und welche Unterlagen erforderlich sind.

Eine Inanspruchnahme der Garantie kommt nur in Betracht, wenn der Käufer

- eine Rechnungskopie/Kaufquittung und
- das Original-Produkt

Beurer oder einem autorisierten Beurer Partner vorlegen kann.

Ausdrücklich ausgenommen von dieser Garantie sind

- Verschleiß, der auf normalem Gebrauch oder Verbrauch des Produktes beruht;
- zu diesem Produkt mitgelieferte Zubehörteile, die sich bei sachgemäßen Gebrauch abnutzen bzw. verbraucht werden (z.B. Batterien, Akkus, Manschetten, Dichtungen, Elektroden, Leuchtmittel, Aufsätze, Inhalatorzubehör);
- Produkte, die unsachgemäß und/oder entgegen der Bestimmungen der Bedienungsanleitung verwendet, gereinigt, gelagert oder gewartet wurden sowie Produkte, die vom Käufer oder einem nicht von Beurer autorisierten Servicecenter geöffnet, repariert oder umgebaut wurden;
- Schäden, die auf dem Transportweg zwischen Hersteller und Kunde bzw. zwischen Servicecenter und Kunde entstehen

- Produkte, die als 2.Wahl-Artikel oder als gebrauchte Artikel gekauft wurden;
- Folgeschäden, welche auf einem Mangel dieses Produktes beruhen (es können für diesen Fall jedoch Ansprüche aus Produkthaftung oder aus anderen zwingenden gesetzlichen Haftungsbestimmungen bestehen).

Reparaturen oder ein Komplettaustausch verlängern in keinem Fall die Garantiezeit.

# ENGLISH



**Read these instructions carefully and keep them for later use. Make sure they are accessible to other users and take note of the information they contain.**

## Dear customer,

Thank you for choosing a product from our range. Our name is synonymous with high-quality, thoroughly tested products for applications in the areas of heat, weight, blood pressure, body temperature, pulse, gentle therapy, massage, beauty, baby and air.

With kind regards,  
Your Beurer team

## Contents

1. Getting to know your device .....	24	8. Usage .....	34
2. Included in delivery.....	25	9. Cleaning and maintenance.....	36
3. Signs and symbols .....	26	10. Troubleshooting.....	36
4. Intended use.....	27	11. Disposal .....	37
5. Warnings and safety notes.....	28	12. Technical specifications .....	38
6. Device description.....	31	13. Warranty/service.....	38
7. Initial use .....	32		

# 1. Getting to know your device

## Why is sleep so important?

A restorative night's sleep is of great importance for our physical and psychological well-being; after all, it is during sleep that we process new experiences and improve our mental and physical fitness, among other functions. The beurer SL 10 DreamLight sleep aid light has been specially designed to make it easier to get to sleep.

The device projects a coloured, pulsing circle of light onto the ceiling of your room. You breathe in and out as guided by the light projection, which helps you reach a state of tranquillity.

You can choose between 2 different breathing techniques "RELAX" and "4-7-8".

## Why do we find it hard to fall asleep?

When we are facing stress and anxiety, the autonomic nervous system puts our bodies into a state of alarm. The body then excretes the stress hormone cortisol and inhibits the production of the sleep hormone melatonin, resulting in sleeplessness.

This sleep aid helps you actively rebalance your autonomic nervous system. Calmly breathing in and out to the rhythm of the light distracts you from your thoughts and slows down your brain activity; more oxygen gets into your blood stream, cortisol release falls, and more of the sleep hormone melatonin is produced, enabling you to fall asleep more quickly and easily.



## 2. Included in delivery

Check that the exterior of the cardboard delivery packaging is intact and make sure that all contents are present. Before use, ensure that the device and accessories have no visible damage and all packaging material is removed. If you have any doubts, do not use the device and contact your retailer or the specified Customer Services address.




- 1x sleep aid
- 1x stand
- 2x AAA batteries



### 3. Signs and symbols

The following symbols are used on the device, in these instructions for use, on the packaging and on the type plate for the device:

	Read the instructions for use	 <b>Note</b>	Important information to note
 <b>WARNING</b>	Warning notice indicating a risk of injury or damage to health	 <b>IMPORTANT</b>	Safety note indicating possible damage to the device/accessories
	Manufacturer	 PAP 	Dispose of packaging in an environmentally friendly manner
	This product satisfies the requirements of the applicable European and national directives.		Certification symbol for products that are exported to the Russian Federation and CIS countries

	Disposal in accordance with the EC Directive on Waste Electrical and Electronic Equipment (WEEE).		Do not dispose of batteries containing harmful substances with household waste
	Direct current		

## 4. Intended use

### **WARNING**

This sleep aid is for use by humans only. Do not use the sleep aid on animals. This sleep aid is only intended for use indoors and in a domestic environment. This sleep aid is not intended for medical or commercial use. This sleep aid is not intended for therapeutic use to treat sleep disorders that result from health problems. Use the sleep aid only for the purpose for which it was developed, and in the manner specified in these instructions for use. Any form of improper use can be dangerous. The manufacturer is not liable for damage resulting from improper or incorrect use.

## 5. Warnings and safety notes



### WARNING

- Keep this sleep aid and associated packaging material away from children.  
Choking hazard!
- This device may be used by people with reduced physical, sensory or mental abilities or a lack of experience or knowledge, provided that they are supervised or have been instructed in how to use the device safely, and understand the resulting risks.
- Children must not play with the device.
- Children must not perform cleaning and user maintenance without supervision.
- **Before using the device, consult your doctor if any of the following apply to you:**
  - Seizure disorders such as epilepsy or asthma
  - A disease of the autonomic nervous system
  - Low blood pressure
- **If you feel dizzy or nauseous, or experience panic or heart palpitations when using this device, stop using it immediately and switch it off.**
- Never look directly into the light on the device.
- If you have health concerns of any kind, consult your GP.

- Protect the device from knocks, damp, dust, chemicals, significant fluctuations in temperature, direct sunlight, splashes, and sand, and ensure that sources of heat are at a sufficient distance (ovens, heaters).
- Never immerse the device in water or other liquids.

## **General notes on handling batteries**



### **WARNING**

- If your skin or eyes come into contact with battery fluid, wash out the affected area with water and seek medical assistance.
- If a battery has leaked, put on protective gloves and clean the battery compartment with a dry cloth.
- Protect batteries from excessive heat.
- Risk of explosion! Do not throw batteries into a fire.
- Choking hazard! Small children may swallow and choke on batteries. So batteries should be stored out of reach of small children.
- Observe the plus (+) and minus (-) polarity signs.
- Do not charge or short-circuit the batteries.
- If the device is not to be used for a long period of time, remove the batteries from the battery compartment.
- Only use an identical or equivalent battery type.

- Always replace all batteries at the same time.
- Do not use rechargeable batteries.
- Do not disassemble, open or crush the batteries.

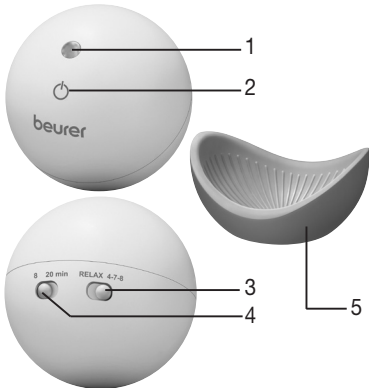


## **IMPORTANT**

- Do not open the device. Do not attempt to repair the device yourself. This can result in serious injury. Failure to comply with this instruction will void the warranty.
- For repairs, please contact Customer Services or an authorised retailer.
- Do not drop the device. Never throw the device. Protect the device against impact and powerful forces.
- Use and store the sleep aid at an ambient temperature between 10 °C and 40 °C. Higher or lower temperatures may damage the sleep aid.

## 6. Device description

1. Light outlet
2. ON/OFF touch-button
3. Breathing technique controller
4. Automatic switch-off controller
5. Stand



## 7. Initial use

### Inserting the batteries

Before initial use of the sleep aid, you first need to insert the two AAA batteries included in delivery into the device. To do so, proceed as follows:

1. Rotate the top half of the sleep aid anticlockwise. Remove the top half.
2. Place the two supplied AAA batteries into the bottom half of the sleep aid as shown. When inserting the batteries, ensure that the correct polarity (+/-) is observed.



3. Rotate the top half of the sleep aid onto the bottom half in a clockwise direction, until you feel it firmly engage.





## Selecting a breathing technique

You can choose between the “RELAX” and “4-7-8” breathing techniques on the device. The light pulses in a different rhythm depending on the selected breathing technique.

Breathe in and out in time with the light projection.

Circle of light increases: breathe in through the nose.

Circle of light decreases: breathe out through the mouth.

Additionally with breathing technique “4-7-8” –

Circle of light is still: hold your breath.

Use the breathing technique controller (located on the back of the sleep aid) to select your preferred breathing technique.



- **Relax** breathing technique (40% breathing in; 60% breathing out):

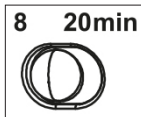
The breathing frequency gradually reduces from a slightly faster frequency to 6 breaths per minute. This means breathing in for 4 seconds, and out for 6 seconds.

- **4-7-8** breathing technique (an established method in meditation and yoga): 4 seconds of breathing in, 7 seconds of holding your breath, and 8 seconds of breathing out.

## Selecting automatic switch-off


The device has an automatic switch-off function. After the set period elapses, the light on the sleep aid automatically switches off.



Use the automatic switch-off controller (located on the back of the sleep aid) to select your preferred session length (8 or 20 minutes).



## 8. Usage

### Starting use

1. Place the sleep aid in the stand.
2. Position the stand within arm's reach on a raised surface (such as your bedside table).
3. Darken the room.
4. To switch the sleep aid on, touch the touch-button . The sleep aid's light illuminates in red. You can choose between a red or a blue light.

 Press 1x	The light illuminates in red
 Press 2x	The light illuminates in blue



Press 3x

The light switches back off again

5. Align the light projection on the ceiling in such a way that you can look at it easily while lying down.
6. Look at the light. In a very relaxed way, breathe in and out to the rhythm of the light.



## 9. Cleaning and maintenance



### WARNING

- Do NOT clean the sleep aid in the washing machine or dishwasher! Do not use any chemical or abrasive cleaning agents for cleaning.
- Clean the sleep aid with a slightly damp cloth. If it is very dirty, you can also moisten the cloth with a mild soapy solution.

## 10. Troubleshooting

<b>Problem</b>	<b>Possible cause</b>	<b>Solution</b>
Device will not switch on	Flat batteries	Insert new batteries
Light is not bright enough	Batteries almost flat	Insert new batteries
The device will not switch on although new batteries have been inserted	The device is faulty	Contact Customer Services

# 11. Disposal

For environmental reasons, do not dispose of the device in household waste

at the end of its service life.

Dispose of the device at appropriate collection points in your country. Dispose of the device in accordance with the EC Directive on Waste Electrical and Electronic Equipment (WEEE). If you have any questions, please contact the local authorities responsible for waste disposal.

- The used, completely flat batteries must be disposed of using specially designated collection containers, special waste acceptance points, or electronics retailers. You are legally required to dispose of the batteries.
- The codes below are printed on batteries containing harmful substances:


Pb = battery contains lead,

Cd = battery contains cadmium,

Hg = battery contains mercury.



## 12. Technical specifications

Type	SL 10
Item number	677.65
Weight	approx. 200 g (excluding batteries)
Battery	2 x 1.5 V  AAA (LR03) battery
Device dimensions without stand	7.6 x 7.1 x 7 cm
Battery life	approx. 50 hours
Optimum distance to ceiling	2 m

Subject to technical changes.

## 13. Warranty/service

Beurer GmbH, Söflinger Straße 218, 89077 Ulm, Germany (hereinafter referred to as “Beurer”) provides a warranty for this product, subject to the requirements below and to the extent described as follows.

**The warranty conditions below shall not affect the seller's statutory warranty obligations which ensue from the sales agreement with the buyer. The warranty shall apply without prejudice to any mandatory statutory provisions on liability.**

Beurer guarantees the perfect functionality and completeness of this product.

The worldwide warranty period is 3 years, commencing from the purchase of the new, unused product from the seller.

The warranty only applies to products purchased by the buyer as a consumer and used exclusively for personal purposes in the context of domestic use. German law shall apply.

During the warranty period, should this product prove to be incomplete or defective in functionality in accordance with the following provisions, Beurer shall carry out a repair or a replacement delivery free of charge, in accordance with these warranty conditions.

**If the buyer wishes to make a warranty claim, they should approach their local retailer in the first instance: see the attached "International Service" list of service addresses.**

The buyer will then receive further information about the processing of the warranty claim, e.g. where they can send the product and what documentation is required.

A warranty claim shall only be considered if the buyer can provide Beurer, or an authorised Beurer partner, with

- a copy of the invoice/purchase receipt, and
- the original product.

The following are explicitly excluded from this warranty:

- deterioration due to normal use or consumption of the product;
- accessories supplied with this product which are worn out or used up through proper use (e.g. batteries, rechargeable batteries, cuffs, seals, electrodes, light sources, attachments and nebuliser accessories);
- products that are used, cleaned, stored or maintained improperly and/or contrary to the provisions of the instructions for use, as well as products that have been opened, repaired or modified by the buyer or by a service centre not authorised by Beurer;
- damage that arises during transport between manufacturer and customer, or between service centre and customer;
- products purchased as seconds or as used goods;



- consequential damage arising from a fault in this product (however, in this case, claims may exist arising from product liability or other compulsory statutory liability provisions).

Repairs or an exchange in full do not extend the warranty period under any circumstances.

## FRANÇAIS



**Lisez attentivement ce mode d'emploi, conservez-le pour un usage ultérieur, mettez-le à disposition des autres utilisateurs et suivez les consignes qui y figurent.**

## Chère cliente, cher client,

Nous vous remercions d'avoir choisi l'un de nos produits. Notre société est réputée pour l'excellence de ses produits et les contrôles de qualité auxquels ils sont soumis. Nos produits couvrent les domaines de la chaleur, du poids, de la pression sanguine, de la température corporelle, de la thérapie douce, des massages, de la beauté, des soins pour bébé et de l'amélioration de l'air.

Sincères salutations,  
Votre équipe Beurer

## Sommaire

1. Familiarisation avec l'appareil .....	44	7. Mise en service.....	53
2. Contenu.....	45	8. Utilisation.....	55
3. Symboles utilisés.....	46	9. Nettoyage et entretien .....	57
4. Utilisation conforme aux recommandations.....	47	10. Que faire en cas de problèmes ?	57
5. Consignes d'avertissement et de mise en garde.....	48	11. Élimination .....	58
6. Description de l'appareil.....	52	12. Caractéristiques techniques.....	59
		13. Garantie/maintenance .....	59

# 1. Familiarisation avec l'appareil

## Pourquoi le sommeil est-il si important ?

Une nuit reposante avec un sommeil suffisant est primordiale pour notre bien-être physique et psychologique, car pendant le sommeil, nous assimilons entre autres les nouvelles expériences et nous renforçons notre forme physique et mentale.

L'aide au sommeil SL 10 DreamLight de Beurer a été spécialement conçue pour faciliter le processus d'endormissement.

L'appareil projette un halo lumineux coloré et pulsé sur le plafond de la pièce. Vous respirez alors en rythme avec les pulsations de la lumière et entrez dans un état de repos.

Vous pouvez choisir entre 2 techniques de respiration différentes (« RELAX » et « 4-7-8 »).

## Pourquoi est-ce si difficile de s'endormir ?

Lorsque nous sommes confrontés au stress et à l'anxiété, le système nerveux végétatif met notre corps dans un état d'alarme. Le corps libère alors l'hormone du stress, le cortisol, et inhibe la production de l'hormone du sommeil, la mélatonine, ce qui vous empêche de vous endormir.

L'aide au sommeil vous aide activement à rééquilibrer votre système nerveux végétatif. Inspirer et expirer calmement au rythme de la lumière dissipe vos pensées et diminue votre activité cérébrale. Avec un apport d'oxygène plus important dans le sang, la libération de cortisol diminue et la production de l'hormone du sommeil,

la mélatonine, augmente. Ainsi, le processus d'endormissement est plus court et plus facile.

## 2. Contenu









Vérifiez si l'emballage carton extérieur du kit est intact et si tous les éléments sont inclus. Avant l'utilisation, assurez-vous que l'appareil et les accessoires ne présentent aucun dommage visible et que la totalité de l'emballage a bien été retirée. En cas de doute, ne l'utilisez pas et adressez-vous à votre revendeur ou au service client indiqué.




- 1 x aide au sommeil
- 1 x pied
- 2 x piles AAA



### 3. Symboles utilisés

Les symboles suivants sont utilisés sur le mode d'emploi, sur l'emballage et sur la plaque signalétique de l'appareil :

	Consulter le mode d'emploi	 <b>Remarque</b>	Indication d'informations importantes
 <b>AVERTISSEMENT</b>	Ce symbole vous avertit des risques de blessures ou des dangers pour votre santé	 <b>ATTENTION</b>	Ce symbole vous avertit des éventuels dommages au niveau de l'appareil ou d'un accessoire
	Fabricant	 PAP 	Éliminer l'emballage dans le respect de l'environnement
	Ce produit répond aux exigences des directives européennes et nationales en vigueur.		Marque de certification pour les produits, qui sont exportés en Fédération de Russie et dans les pays de la CEI

	<p>Élimination conformément à la directive européenne WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) relative aux déchets électriques et électroniques.</p>		<p>Ne pas jeter les piles à substances nocives avec les déchets ménagers</p>
	<p>Corriente continua</p>		

## 4. Utilisation conforme aux recommandations

### AVERTISSEMENT

N'utilisez l'aide au sommeil que sur des humains. N'utilisez pas l'aide au sommeil sur les animaux. L'aide au sommeil est destinée à être utilisée dans des pièces fermées et dans un environnement domestique ou privé. L'aide au sommeil n'est pas prévue pour une utilisation médicale ou commerciale. L'aide au sommeil n'est pas destinée à un usage thérapeutique en cas de troubles du sommeil dus à des raisons de santé. N'utilisez l'aide au sommeil qu'aux fins pour lesquelles elle a été conçue et conformément aux indications données par ce mode d'emploi.

Toute utilisation inappropriée peut être dangereuse ! Le fabricant ne peut être tenu pour responsable des dommages causés par une utilisation inappropriée ou non conforme.

## **5. Consignes d'avertissement et de mise en garde**



### **AVERTISSEMENT**

- Conservez l'aide au sommeil et son emballage hors de portée des enfants. Ils pourraient s'étouffer !
- Cet appareil peut être utilisé par les déficients physiques, sensoriels ou mentaux et les personnes ayant peu de connaissances ou d'expérience à la condition qu'ils soient surveillés ou sachent comment l'utiliser en toute sécurité et en comprennent les risques.
- Les enfants ne doivent pas jouer avec cet appareil.
- Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance.



- **Avant d'utiliser l'appareil, consultez votre médecin traitant en cas de :**
  - troubles convulsifs, comme l'épilepsie ou l'asthme ;
  - maladie du système nerveux végétatif existante ;
  - hypotension artérielle.
- **Si vous ressentez des vertiges, des nausées, de la panique ou des palpitations pendant l'utilisation, interrompez immédiatement l'utilisation et éteignez l'appareil.**
- Ne regardez jamais directement dans la lumière de l'appareil.
- En cas de problèmes de santé quelconques, veuillez consulter votre médecin de famille.
- Protégez l'appareil contre les coups, l'humidité, la poussière, les produits chimiques, les fortes variations de température, les rayons directs du soleil, les éclaboussures, le sable et les sources de chaleur trop proches (four, radiateur).
- Ne plongez jamais l'appareil dans l'eau ou d'autres liquides.

## Remarques générales relatives aux piles



### AVERTISSEMENT

- Si du liquide de la cellule de pile entre en contact avec la peau ou les yeux, rincer la zone touchée avec de l'eau et consulter un médecin.
- Si une pile a coulé, enfiler des gants de protection et nettoyer le compartiment à piles avec un chiffon sec.
- Protéger les piles d'une chaleur excessive.
- Risque d'explosion ! Ne pas jeter les piles dans le feu.
- Risque d'ingestion ! Les enfants en bas âge pourraient avaler des piles et s'étouffer. Conserver les piles hors de portée des enfants en bas âge !
- Respecter les signes de polarité plus (+) et moins (-).
- Les piles ne doivent être ni rechargées ni court-circuitées.
- En cas de non-utilisation prolongée de l'appareil, retirer les piles du compartiment à piles.
- Utiliser uniquement des piles identiques ou équivalentes.
- Toujours remplacer toutes les piles simultanément.
- Ne pas utiliser de batteries rechargeables !
- Ne pas démonter, ouvrir ou casser les piles.

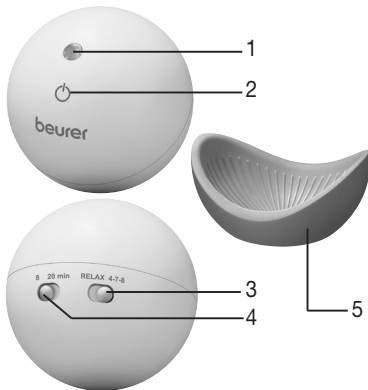


## **ATTENTION**

- Vous ne devez pas ouvrir l'appareil. N'essayez pas de réparer vous-même l'appareil. Vous risqueriez des blessures graves. Le non-respect de cette consigne annulera la garantie.
- Pour toute réparation, adressez-vous au service client ou à un revendeur agréé.
- Ne laissez pas tomber l'appareil. Ne jetez jamais pas l'appareil. Veuillez protéger l'appareil contre les chocs et les forces excessives.
- Utilisez et conservez l'appareil à une température comprise entre 10 °C et 40 °C. Des températures plus basses ou plus élevées pourraient endommager l'aide au sommeil.

## 6. Description de l'appareil

1. Sortie de lumière
2. Touche tactile MARCHE/  
ARRÊT
3. Bouton Technique de  
respiration
4. Bouton Arrêt automatique
5. Pied

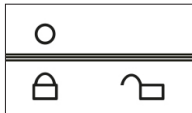
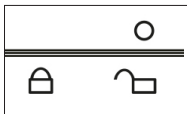


## 7. Mise en service

### Insérer les piles

Avant d'utiliser l'aide au sommeil pour la première fois, vous devez d'abord insérer les deux piles AAA fournies dans l'appareil. Pour ce faire, procédez comme suit :

1. Tournez la partie supérieure de l'aide au sommeil dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour l'ouvrir. Retirez-la.
2. Insérez les deux piles AAA fournies dans la partie inférieure de l'aide au sommeil comme indiqué sur l'illustration. Assurez-vous de bien respecter la polarité (+/-) des piles.
3. Tournez la partie supérieure de l'aide au sommeil dans le sens des aiguilles d'une montre sur la partie inférieure jusqu'à ce qu'elle s'enclenche.



## Choisir la technique de respiration

L'appareil vous permet de choisir entre les techniques de respiration « RELAX » et « 4-7-8 ». Selon la technique de respiration choisie, la pulsation de la lumière aura un rythme différent.

Respirez en rythme avec les pulsations de la lumière.

Lorsque le halo lumineux s'agrandit : Inspirez par le nez.

Lorsque le halo lumineux rétrécit : Expirez par la bouche.

Pour la technique de respiration « 4-7-8 » –

Lorsque le halo ne bouge pas : Retenez votre respiration.

Utilisez le bouton Technique de respiration (situé à l'arrière de l'aide au sommeil) pour choisir la technique de respiration souhaitée.



- Technique de respiration **Relax** (40 % inspiration et 60 % expiration) :

La fréquence respiratoire diminue progressivement, passant de la fréquence de base à 6 respirations par minute, autrement dit une inspiration de 4 secondes et une expiration de 6 secondes.

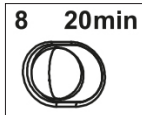
- Technique de respiration **4-7-8** (méthode utilisée pour la méditation ou le yoga) :

Inspiration pendant 4 secondes, blocage pendant 7 secondes, expiration pendant 8 secondes.

## Activer l'arrêt automatique


L'appareil dispose d'un arrêt automatique. Une fois le temps écoulé, la lumière de l'aide au sommeil s'éteint automatiquement.



Utilisez le bouton Arrêt automatique (situé à l'arrière de l'aide au sommeil) pour choisir la durée d'utilisation souhaitée (8 ou 20 minutes).



## 8. Utilisation

### Commencer l'utilisation

1. Placez l'aide au sommeil sur le pied.
2. Placez le pied à portée de main sur un support surélevé (par exemple, une table de chevet).
3. Éteignez la lumière.
4. Pour activer l'aide au sommeil, appuyez sur la touche tactile . La lumière de l'aide au sommeil commence à s'allumer en rouge. Vous pouvez choisir entre une lumière rouge ou bleue.

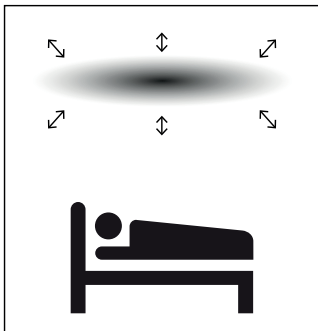
 1 pression	La lumière s'allume en rouge
 2 pressions	La lumière s'allume en bleu



3 pressions

La lumière s'éteint

- Dirigez la projection de lumière vers le plafond de sorte à pouvoir la regarder confortablement en position allongée.
- Regardez la lumière. Inspirez et expirez calmement au rythme de la lumière.





## 9. Nettoyage et entretien



### AVERTISSEMENT

- Ne lavez PAS l'aide au sommeil à la machine ou au lave-vaisselle ! Pour le nettoyage, n'utilisez pas de détergent chimique ou abrasif.
- Nettoyez l'aide au sommeil à l'aide d'un chiffon légèrement humide. En cas de salissures plus importantes, vous pouvez également humidifier légèrement le chiffon avec de la lessive.

## 10. Que faire en cas de problèmes ?

<b>Problème</b>	<b>Cause possible</b>	<b>Solution</b>
Il est impossible d'allumer l'appareil	Piles vides	Insérer de nouvelles piles
La lumière est faible	Piles presque vides	Insérer de nouvelles piles
Il est impossible d'allumer l'appareil malgré les piles neuves	L'appareil est défectueux	Contactez le service client

# 11. Élimination

Dans l'intérêt de la protection de l'environnement, l'appareil ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères à la fin de sa durée de service.

L'élimination doit se faire par le biais des points de collecte compétents dans votre pays. Éliminez l'appareil conformément à la directive européenne – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) relative aux appareils électriques et électroniques usagés. Pour toute question, adressez-vous aux collectivités locales responsables de l'élimination et du recyclage de ces produits.

- Les piles usagées et complètement déchargées doivent être mises au rebut dans des conteneurs spéciaux ou aux points de collecte réservés à cet usage ou bien déposées chez un revendeur d'appareils électriques. L'élimination des piles est une obligation légale qui vous incombe.
- Ces pictogrammes se trouvent sur les piles à substances nocives :


Pb = pile contenant du plomb,

Cd = pile contenant du cadmium,

Hg = pile contenant du mercure.



## 12. Caractéristiques techniques

Type	SL 10
Référence de l'article	677.65
Poids	env. 200 g (sans les piles)
Piles	2 x 1,5 V  piles AAA LR03
Dimensions de l'appareil avec le pied	7,6 x 7,1 x 7 cm
Durée de vie des piles	env. 50 heures
Distance optimale avec le plafond	2 m

Sous réserve de modifications techniques.

## 13. Garantie/maintenance

La société Beurer GmbH, sise Söflinger Straße 218, 89077 Ulm, Allemagne, (ci-après désignée « Beurer ») propose une garantie pour ce produit dans les conditions suivantes et dans la mesure prévue ci-après.

**Les conditions de garantie suivantes n'affectent en rien les obligations de garantie du vendeur découlant du contrat de vente conclu avec l'acheteur. La garantie s'applique également sans préjudice de la responsabilité légale obligatoire.**

Beurer garantit le bon fonctionnement et l'intégrité de ce produit.

La période de garantie mondiale est de 3 ans à compter de la date d'achat par l'acheteur du produit neuf et non utilisé.

Cette garantie ne s'applique qu'aux produits achetés par l'acheteur en tant que consommateur et utilisés uniquement à des fins personnelles dans le cadre d'une utilisation domestique.

Le droit allemand s'applique.

Si, au cours de la période de garantie, ce produit s'avère incomplet ou défectueux conformément aux dispositions suivantes, Beurer s'engage à proposer gratuitement un remplacement ou une réparation conformément aux présentes Conditions de garantie.

**Si l'acheteur souhaite faire valoir la garantie, il doit d'abord s'adresser au revendeur local : cf. liste « Service client à l'international » ci-jointe pour connaître les adresses du service après-vente.**

L'acheteur recevra ensuite des informations complémentaires concernant le déroulement de la demande de garantie, par exemple, l'adresse à laquelle envoyer le produit et les documents requis.

Une demande de garantie ne peut être prise en compte que si l'acheteur présente

- une copie de la facture/du reçu et
- le produit d'origine

à Beurer ou à un partenaire autorisé de Beurer.

La présente Garantie exclut expressément

- toute usure découlant de l'utilisation ou de la consommation normale du produit ;
- les accessoires fournis avec le produit qui s'usent ou qui sont consommés dans le cadre d'une utilisation normale du produit (par exemple, piles, piles rechargeables, manchettes, joints, électrodes, ampoules, embouts et accessoires pour inhalateur) ;
- les produits utilisés, nettoyés, stockés ou entretenus de manière inappropriée et/ou contraire aux conditions d'utilisation, ainsi que les produits ouverts, réparés ou modifiés par l'acheteur ou par un service client non agréé par Beurer ;
- les dommages survenus lors du transport entre le fabricant et le client ou entre le service client et le client ;
- les produits achetés en tant qu'article de second choix ou d'occasion ;

- les dommages consécutifs qui résultent d'une défaillance du produit (dans ce cas, toutefois, des réclamations peuvent être soulevées relatives à la responsabilité du fait des produits ou à d'autres dispositions légales obligatoires relatives à la responsabilité).

Les réparations ou le remplacement complet ne prolongent en aucun cas la période de garantie.



**Lea detenidamente estas instrucciones de uso, consérvelas para su futura utilización, póngalas a disposición de otros usuarios y respete las indicaciones.**

## **Estimada clienta, estimado cliente:**

Nos alegramos de que haya elegido un producto de nuestra gama. Nuestro nombre es sinónimo de productos de alta y comprobada calidad en el ámbito de aplicación de calor, peso, presión arterial, temperatura corporal, pulso, tratamiento suave, masaje, belleza, bebés y aire.

Atentamente,  
El equipo de Beurer

## **Índice**

1. Información general .....	65	7. Puesta en funcionamiento .....	73
2. Artículos suministrados .....	66	8. Utilización .....	75
3. Explicación de los símbolos.....	67	9. Limpieza y cuidado .....	77
4. Uso correcto.....	68	10. Resolución de problemas.....	77
5. Indicaciones de advertencia y de seguridad.....	69	11. Eliminación .....	78
6. Descripción del aparato .....	72	12. Datos técnicos.....	79
		13. Garantía/asistencia.....	79



# 1. Información general

## ¿Por qué es tan importante dormir?

Dormir bien y lo suficiente por la noche es enormemente importante para nuestro bienestar físico y psíquico, ya que durante el sueño nuestro cerebro procesa, entre otras cosas, lo que hemos vivido durante el día y se refuerza nuestro bienestar, tanto mental como físico. El aparato para conciliar el sueño SL 10 DreamLight de beurer se ha desarrollado especialmente para facilitar la conciliación del sueño.

El aparato proyecta un círculo de luz pulsátil de colores en el techo de la habitación. El usuario inspira y expira al ritmo de la proyección de la luz, con lo que se relaja.

Se puede elegir entre 2 técnicas de respiración diferentes (“RELAX” y “4-7-8”).

## ¿Por qué nos cuesta tanto quedarnos dormidos?

Cuando nos enfrentamos al estrés y la ansiedad, el sistema nervioso vegetativo pone a nuestro cuerpo en un estado de alarma. El cuerpo libera entonces cortisol, la hormona del estrés, e inhibe la producción de melatonina, la hormona del sueño, y la consecuencia es el insomnio.

El aparato para conciliar el sueño le ayuda activamente a restablecer el equilibrio del sistema nervioso vegetativo. La inspiración y espiración tranquilas al ritmo de la luz le distrae de sus pensamientos y la actividad cerebral se reduce. Llega más oxígeno a la sangre, la liberación de cortisol disminuye y se produce más melatonina, la hormona del sueño. El sueño se concilia con mayor rapidez y facilidad.

## 2. Artículos suministrados

Compruebe que el embalaje de los artículos suministrados esté intacto y que su contenido esté completo. Antes de utilizar el aparato, asegúrese de que ni él ni los accesorios presentan daños aparentes y de que se ha retirado el material de embalaje. En caso de duda, no lo use y póngase en contacto con su distribuidor o con el servicio de atención al cliente en la dirección indicada.




- 1 x aparato para conciliar el sueño
- 1 x pie de apoyo
- 2 x pilas AAA



### 3. Explicación de los símbolos

En el aparato, en las instrucciones de uso, en el embalaje y en la placa de características del aparato se utilizan los siguientes símbolos:

	Leer las instrucciones de uso	 <b>Nota</b>	Indicación de información importante
 <b>ADVERTENCIA</b>	Indicación de advertencia sobre peligro de lesiones u otros peligros para la salud	 <b>ATENCIÓN</b>	Indicación de seguridad sobre posibles daños en el aparato o los accesorios
	Fabricante	 PAP 	Eliminar el embalaje respetando el medio ambiente
	Este producto cumple los requisitos de las directivas europeas y nacionales vigentes.		Sello de certificación para los productos que se exportan a la Federación de Rusia y a los países de la CEI

	<p>Eliminación según la Directiva europea sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE).</p>		<p>No desechar con la basura doméstica pilas que contengan sustancias tóxicas</p>
	<p>Courant continu</p>		

## 4. Uso correcto



### ADVERTENCIA

Utilice el aparato para conciliar el sueño únicamente en personas. No la utilice en animales. Se ha diseñado exclusivamente para su uso en espacios cerrados y su uso privado o en el hogar. No está destinada a un uso médico o comercial. No se ha diseñado para el uso terapéutico en caso de trastornos del sueño derivados de problemas de salud. Utilícela exclusivamente para el fin para el que ha sido diseñada y del modo indicado en estas instrucciones de uso. ¡Todo uso inadecuado puede ser peligroso! Por lo tanto, el fabricante declina toda responsabilidad por daños debidos a un uso inadecuado o incorrecto.

## 5. Indicaciones de advertencia y de seguridad



### ADVERTENCIA

- Mantenga a los niños alejados del aparato para conciliar el sueño y del material de embalaje. ¡Existe peligro de asfixia!
- Este aparato puede ser utilizado por personas con facultades físicas, sensoriales o mentales limitadas, o con poca experiencia o conocimientos, siempre que estén vigiladas o se les indique cómo usarlo de forma segura y entiendan los peligros que conlleva.
- Los niños no deberán jugar nunca con el aparato.
- Las tareas de limpieza y de mantenimiento ordinario no deberán ser realizadas por niños sin supervisión.
- **Consulte a su médico antes de utilizar el aparato en caso de:**
  - trastornos convulsivos como epilepsia o asma
  - enfermedad del sistema nervioso vegetativo
  - presión arterial baja
- **Si nota mareos, náuseas, pánico o palpitaciones durante la aplicación, deje de usar inmediatamente el aparato y apáguelo.**
- No mire nunca directamente a la luz en el aparato.
- Si está preocupado por su salud, consulte a su médico de cabecera.

- Proteja el aparato de golpes, humedad, polvo, sustancias químicas, fuertes cambios de temperatura, la luz directa del sol, salpicaduras de agua, arena y de la cercanía de fuentes de calor (hornos o radiadores).
- No sumerja nunca el aparato en agua ni en ningún otro líquido.

## **Indicaciones generales para la manipulación de pilas**



### **ADVERTENCIA**

- En caso de que el líquido de una pila entre en contacto con la piel o los ojos, lave la zona afectada con agua y busque asistencia médica.
- Si se derrama el líquido de una pila, póngase guantes protectores y limpie el compartimento de las pilas con un paño seco.
- Proteja las pilas de un calor excesivo.
- ¡Peligro de explosión! No arroje las pilas al fuego.
- ¡Peligro de asfixia! Los niños pequeños podrían tragarse las pilas y asfixiarse. ¡Guarde las pilas fuera del alcance de los niños pequeños!
- Respete los símbolos más (+) y menos (-) que indican la polaridad.
- Las pilas no se pueden cargar ni cortocircuitar.
- Si no va a utilizar el aparato durante un periodo de tiempo prolongado, retire las pilas de su compartimento.
- Utilice únicamente el mismo tipo de pila o un tipo equivalente.

- Cambie siempre todas las pilas a la vez.
- ¡No utilice pilas recargables!
- No despiece, abra ni triture las pilas.

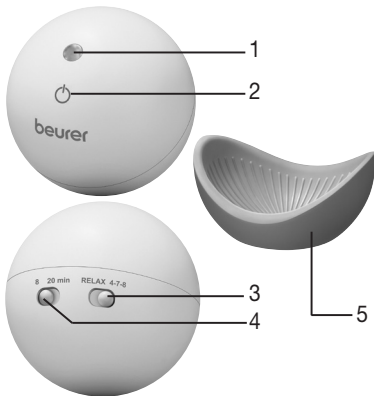


## **ATENCIÓN**

- El aparato no se puede abrir. No intente reparar el aparato usted mismo, ya que podría provocarse lesiones graves. El incumplimiento de esta indicación anula la garantía.
- Diríjase al servicio de atención al cliente o a un distribuidor autorizado para llevar a cabo las reparaciones.
- Evite que el aparato se caiga. No tire nunca el aparato. Protéjalo de impactos y golpes fuertes.
- Utilice y conserve el aparato a una temperatura ambiente de entre 10 °C y 40 °C. Temperaturas superiores o inferiores pueden dañarlo.

## 6. Descripción del aparato

1. Salida de la luz
2. Botón táctil de encendido y apagado
3. Regulador de técnica de respiración
4. Regulador de mecanismo de desconexión automática
5. Pie de apoyo





## 7. Puesta en funcionamiento

### Insertar las pilas

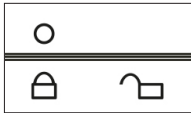
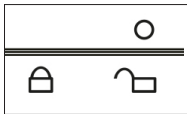
Antes de utilizar por primera vez el aparato para conciliar el sueño, deberá insertar las dos pilas AAA suministradas. Proceda para ello del siguiente modo:

1. Gire la mitad superior del aparato para conciliar el sueño en el sentido contrario a las agujas del reloj. Retire la mitad superior.

2. Coloque las dos pilas AAA suministradas como se muestra en la imagen en la mitad inferior del aparato para conciliar el sueño. Colóquelas con la polaridad correcta (+/-).



3. Gire la mitad superior del aparato para conciliar el sueño en el sentido de las agujas del reloj sobre la mitad inferior hasta que note que encaja bien.



## Elegir la técnica de respiración

Puede elegir en el aparato entre las técnicas de respiración "RELAX" y "4-7-8". Dependiendo de la técnica de respiración elegida, la luz se proyecta a un ritmo diferente.

Inspire y espire al ritmo de la proyección de la luz.

El círculo de luz aumenta: inspire por la nariz.

El círculo de luz disminuye: espire por la boca.

Adicionalmente con la técnica de respiración "4-7-8" –

El círculo de luz se detiene: contenga la respiración.

Elija con el regulador de técnica de respiración (se encuentra en la parte trasera del aparato para conciliar el sueño) la técnica de respiración que desee.



- Técnica de respiración **Relax** (40 % inspiración; 60 % inspiración):

La frecuencia respiratoria se reduce gradualmente de una frecuencia ligeramente más rápida a 6 respiraciones por minuto. Esto significa 4 segundos de inspiración y 6 segundos de espiración.

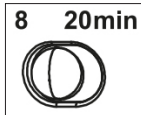
- Técnica de respiración **4-7-8** (método conocido para la meditación o el yoga):

Inspirar 4 segundos, contener la respiración 7 segundos y espirar 8 segundos.

## Elegir el mecanismo de desconexión automática


El aparato dispone de un mecanismo de desconexión automática. Una vez transcurrido el tiempo, la luz del aparato para conciliar el sueño se apaga automáticamente.



Elija con el regulador de mecanismo de desconexión automática (se encuentra en la parte trasera del aparato para conciliar el sueño) la duración que desee (8 o 20 minutos).



## 8. Utilización

### Comenzar la utilización

1. Coloque el aparato para conciliar el sueño en el pie de apoyo.
2. Coloque el pie de apoyo en un lugar a su alcance (p. ej., en la mesilla de noche).
3. Oscurezca la habitación.
4. Para encender el aparato para conciliar el sueño, toque el botón táctil . La luz del aparato para conciliar el sueño comienza a iluminarse en rojo. Puede elegir entre una luz roja y una azul.

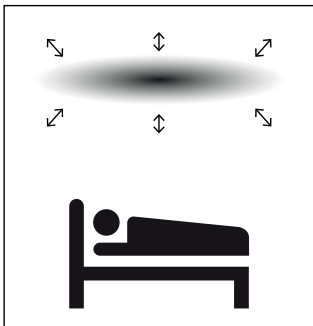
 1 pulsación	La luz comienza a iluminarse en rojo
 2 pulsaciones	La luz comienza a iluminarse en azul



3 pulsaciones

La luz vuelve a apagarse

- Dirija la proyección de luz al techo de la habitación de forma que pueda mirarla cómodamente desde la cama.
- Mire la luz. Inspire y espire con total relajación al ritmo de la luz.



## 9. Limpieza y cuidado



### ADVERTENCIA

- ¡NO meta el aparato para conciliar el sueño en la lavadora ni en el lavavajillas! No utilice limpiadores químicos ni abrasivos.
- Limpie el aparato para conciliar el sueño con un paño ligeramente humedecido. Si hay mucha suciedad, el paño puede humedecerse también con agua ligeramente jabonosa.

## 10. Resolución de problemas

<b>Problema</b>	<b>Posible causa</b>	<b>Solución</b>
El aparato no se enciende	Pilas gastadas	Colocar pilas nuevas
La luz es débil	Pilas casi gastadas	Colocar pilas nuevas
El aparato no se enciende a pesar de las pilas nuevas	El aparato está defectuoso	Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente

# 11. Eliminación

A fin de preservar el medio ambiente, cuando el aparato llegue al final de su vida útil no lo deseche con la basura doméstica.


Se puede desechar en los puntos de recogida adecuados disponibles en su zona. Deséchelo según la Directiva europea sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE). Para más información, póngase en contacto con la autoridad municipal competente en materia de eliminación de residuos.

- Las pilas usadas y completamente descargadas deben desecharse en contenedores de recogida señalados de forma especial, los puntos de recogida de residuos especiales o entregándolas a un distribuidor de equipos electrónicos. Los usuarios están obligados por ley a desechar las pilas correctamente.
- Estos símbolos se encuentran en pilas que contienen sustancias tóxicas:

Pb: la pila contiene plomo,  
Cd: la pila contiene cadmio,  
Hg: la pila contiene mercurio.



## 12. Datos técnicos

Tipo	SL 10
Número de artículo	677.65
Peso	aprox. 200 g (sin pilas)
Pilas	2 x 1,5 V  pilas AAA LR03
Dimensiones del aparato con pie de apoyo	7,6 x 7,1 x 7 cm
Vida útil de las pilas	aprox. 50 horas
Distancia óptima al techo	2 m

Salvo modificaciones técnicas.

## 13. Garantía/asistencia

Beurer GmbH, Söflinger Straße 218, D-89077 Ulm (en lo sucesivo, “Beurer”) concede una garantía para este producto. La garantía está sujeta a las siguientes condiciones y el alcance de la misma se describe a continuación.

**Las siguientes condiciones de garantía no afectan a las obligaciones de garantía que la ley prescribe para el vendedor y que emanan del contrato de compra celebrado con el comprador.**

**La garantía se aplicará además sin perjuicio de las normas legales preceptivas.**

Beurer garantiza el perfecto funcionamiento y la integralidad de este producto.

La garantía mundial tiene una validez de 3 años a partir de la fecha de compra del producto nuevo y sin utilizar por parte del comprador.

Esta garantía se ofrece solo para productos que el comprador haya adquirido en tanto que consumidor con fines exclusivamente personales en el marco de una utilización privada en el hogar.

Se aplica la legislación alemana.

En el caso de que, durante el periodo de garantía, este producto resultara estar incompleto o no funcionara correctamente conforme a lo dispuesto en las siguientes disposiciones, Beurer se compromete a sustituir el producto o a repararlo según las presentes condiciones de garantía.



**Cuando el comprador desee recurrir a la garantía lo hará dirigiéndose en primera instancia al distribuidor local: véase la lista adjunta “Servicio internacional” que contiene las distintas direcciones de servicio técnico.**

A continuación, el comprador recibirá información pormenorizada sobre la tramitación de la garantía, como el lugar al que debe enviar el producto y qué documentos deberá adjuntar.

El comprador solo podrá invocar la garantía cuando pueda presentar:

- una copia de la factura o del recibo de compra y
  - el producto original
- a Beurer o a un socio autorizado por Beurer.

Quedan excluidos explícitamente de la presente garantía

- el desgaste que se produce por el uso o el consumo normal del producto;
- los accesorios suministrados con el producto que se desgastan o consumen durante un uso normal (p. ej., pilas, baterías, brazaletes, juntas, electrodos, luminarias, cabezales y accesorios de inhalación);
- productos cuyo uso, limpieza, almacenamiento o mantenimiento sea indebido o vaya contra lo dispuesto en las instrucciones de uso, así como productos que hayan sido abiertos, reparados o modificados por el comprador o por un centro de servicio técnico no autorizado por Beurer;

- daños que se hayan producido durante el transporte entre las instalaciones del fabricante y las del cliente o bien entre el centro de servicio técnico y el cliente;
- productos que se hayan adquirido como productos de calidad inferior o de segunda mano;
- daños derivados que resulten de una falta del producto. En este caso, podrían invocarse eventualmente derechos derivados de la normativa de responsabilidad de productos o de otras disposiciones de responsabilidad legal preceptiva.

Las reparaciones o la sustitución del producto no prolongarán en ningún caso el periodo de garantía.

## ITALIANO



**Leggere attentamente le presenti istruzioni per l'uso, conservarle per impieghi futuri, renderle accessibili ad altri utenti e attenersi alle indicazioni.**

## Gentile cliente,

siamo lieti che Lei abbia scelto un prodotto del nostro assortimento. Il nostro marchio è garanzia di prodotti di elevata qualità, controllati nei dettagli, relativi ai settori calore, peso, pressione, temperatura corporea, pulsazioni, terapia dolce, massaggio, Beauty, Baby e aria.

Cordiali saluti

Il team Beurer

## Indice

1. Introduzione .....	85	8. Utilizzo .....	95
2. Fornitura .....	86	9. Pulizia e cura .....	97
3. Spiegazione dei simboli.....	87	10. Che cosa fare in caso di problemi?.....	97
4. Uso conforme.....	88	11. Smaltimento .....	98
5. Avvertenze e indicazioni di sicurezza.....	89	12. Dati tecnici.....	98
6. Descrizione dell'apparecchio .....	92	13. Garanzia/ Assistenza .....	99
7. Messa in funzione.....	93		

# 1. Introduzione

## **Perché il sonno è così importante?**

Una notte riposante con sufficienti ore di sonno riveste un'importanza fondamentale per il nostro benessere fisico e psichico, in quanto nel sonno elaboriamo, tra l'altro, le nuove esperienze vissute e rafforziamo la nostra salute fisica e mentale. L'aiuto per addormentarsi SL 10 DreamLight di Beurer è stato sviluppato appositamente per agevolare il processo di addormentamento.

L'apparecchio proietta sul soffitto della stanza un cerchio luminoso a colori e pulsante. Inspirare ed espirare in sincronia con la luce proiettata permette di arrivare a rilassarsi.

È possibile scegliere tra 2 diverse tecniche di respirazione ("RELAX" e "4-7-8").

## **Perché è così difficile addormentarsi?**

Quando ci troviamo a dover affrontare una situazione di ansia e di stress, il sistema nervoso vegetativo proietta il nostro corpo in uno stato di allarme. Come conseguenza, il corpo rilascia l'ormone dello stress, il cortisolo, e ostacola la produzione dell'ormone del sonno, la melatonina, causando l'insonnia.

L'aiuto per addormentarsi offre un supporto attivo per riequilibrare il sistema nervoso vegetativo. Il calmo processo di inspirazione ed espirazione al ritmo della luce distoglie dai propri pensieri e riduce l'attività cerebrale. Aumenta l'ossigenazione nel sangue, si riduce la formazione di cortisolo e si incrementa la produzione

di melatonina, l'ormone del sonno. In questo modo si accelera e facilita il processo di addormentamento.

## 2. Fornitura

Controllare l'integrità esterna della confezione e la completezza del contenuto. Prima dell'uso assicurarsi che l'apparecchio e gli accessori non presentino nessun danno palese e che il materiale di imballaggio sia stato rimosso. In caso di dubbio, non utilizzare l'apparecchio e consultare il proprio rivenditore o contattare il Servizio clienti indicato.




- 1 x aiuto per addormentarsi
- 1 x supporto
- 2 x batterie AAA



### 3. Spiegazione dei simboli

I seguenti simboli sono utilizzati nelle istruzioni per l'uso, sull'imballo e sulla targhetta dell'apparecchio:

	Leggere le istruzioni per l'uso	 <b>Indicazione</b>	Indicazione di informazioni importanti
 <b>AVVERTENZA</b>	Avvertimento di pericolo di lesioni o di pericoli per la salute	 <b>ATTENZIONE</b>	Indicazione di sicurezza per possibili danni all'apparecchio/agli accessori
	Produttore	 <b>PAP</b> 	Smaltire la confezione nel rispetto dell'ambiente
	Il presente prodotto soddisfa i requisiti delle direttive europee e nazionali vigenti.		Marchio di certificazione per i prodotti esportati nella Federazione Russa e nei paesi CSI

	<p>Smaltire l'apparecchio secondo la direttiva europea sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE).</p>		<p>Non smaltire le batterie contenenti sostanze tossiche insieme ai rifiuti domestici</p>
	<p>Corrente continua</p>		

## 4. Uso conforme

### AVVERTENZA

Utilizzare l'aiuto per addormentarsi esclusivamente sulle persone. Non utilizzarlo sugli animali. L'aiuto per addormentarsi è destinato solo all'utilizzo in ambienti chiusi e per un uso domestico/privato. L'aiuto per addormentarsi non è destinato a un uso medico o commerciale. L'aiuto per addormentarsi non è destinato a un uso terapeutico per disturbi del sonno dovuti a problemi di salute. Utilizzare l'aiuto per addormentarsi esclusivamente per lo scopo per il quale è stato concepito e come descritto nelle presenti istruzioni per l'uso. Qualsiasi uso non conforme comporta un pericolo! Il produttore non risponde di danni causati da un uso inappropriato o non conforme.



## 5. Avvertenze e indicazioni di sicurezza



### AVVERTENZA

- Tenere i bambini lontani dall'aiuto per addormentarsi e dal materiale d'imballaggio. Pericolo di soffocamento!
- Questo apparecchio può essere utilizzato da persone con ridotte capacità fisiche, percettive o mentali o non in possesso della necessaria esperienza e conoscenza esclusivamente sotto supervisione oppure se sono stati istruiti in merito alle misure di sicurezza e comprendono i rischi ad esse correlati.
- I bambini non devono giocare con l'apparecchio.
- La pulizia e la manutenzione a cura dell'utente non devono essere eseguite da bambini, a meno che non siano sorvegliati.
- **Prima di utilizzare l'apparecchio, consultare il proprio medico curante in presenza di:**
  - Disturbi convulsivi come epilessia o asma
  - Presenza di malattie del sistema nervoso vegetativo
  - Ipotensione
- **Se durante l'uso si dovessero presentare vertigini, nausea, panico o aumento del battito cardiaco, interrompere immediatamente l'utilizzo e spegnere l'apparecchio.**

- Non guardare mai direttamente la luce emessa dall'apparecchio.
- Per qualsiasi dubbio legato alla salute, consultare il proprio medico di base!
- Proteggere l'apparecchio da urti, umidità, polvere, prodotti chimici, forti sbalzi di temperatura, irraggiamento solare diretto, spruzzi d'acqua, sabbia e fonti di calore troppo vicine (forni, caloriferi).
- Non immergere l'apparecchio in acqua o altri liquidi.

## **Indicazioni generali sull'uso delle batterie**



### **AVVERTENZA**

- Se il liquido di una batteria viene a contatto con la pelle o con gli occhi, sciacquare le parti interessate con acqua e consultare un medico.
- In caso di fuoriuscita di liquido dalle batterie, indossare guanti protettivi e pulire il vano batterie con un panno asciutto.
- Proteggere le batterie dal caldo eccessivo.
- Rischio di esplosione! Non gettare le batterie nel fuoco.
- Pericolo d'ingestione! I bambini potrebbero ingerire le batterie e soffocare. Tenerle quindi lontano dalla portata dei bambini.
- Prestare attenzione alla polarità positiva (+) e negativa (-).
- Le batterie non devono essere ricaricate o mandate in cortocircuito.

- Qualora l'apparecchio non dovesse essere utilizzato per un periodo prolungato, rimuovere le batterie dal relativo vano.
- Utilizzare solo tipologie di batterie uguali o equivalenti.
- Sostituire sempre tutte le batterie contemporaneamente.
- Non utilizzare batterie ricaricabili!
- Non smontare, aprire o frantumare le batterie.

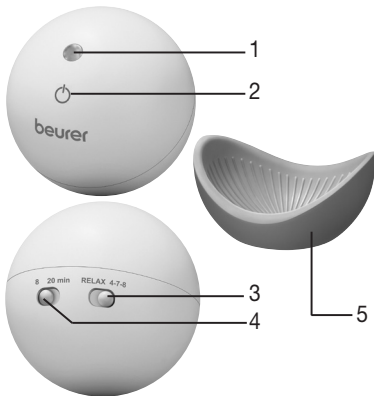


## **ATTENZIONE**

- Non è consentito aprire l'apparecchio. Non tentare di riparare autonomamente l'apparecchio. ciò potrebbe determinare lesioni gravi. In caso contrario la garanzia decade.
- Per le riparazioni rivolgersi all'Assistenza clienti o a un rivenditore autorizzato.
- Non far cadere l'apparecchio. Non gettare mai l'apparecchio. Non esporre l'apparecchio a urti e forze eccessive.
- Utilizzare e conservare l'apparecchio a una temperatura ambiente compresa tra 10°C e 40°C. Temperature superiori o inferiori possono danneggiare l'aiuto per addormentarsi.

## 6. Descrizione dell'apparecchio

1. Emissione della luce
2. Pulsante touch ON/OFF
3. Selettore della tecnica di respirazione
4. Regolatore dello spegnimento automatico
5. Supporto



## 7. Messa in funzione

### Inserimento delle batterie

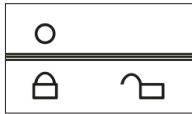
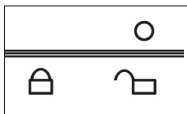
Prima di mettere in funzione l'aiuto per addormentarsi per la prima volta, inserire le due batterie AAA fornite in dotazione nell'apparecchio. Procedere come descritto di seguito:

1. Ruotare la metà superiore dell'aiuto per addormentarsi in senso antiorario. Rimuovere la metà superiore.

2. Inserire le due batterie AAA fornite in dotazione nella metà inferiore dell'aiuto per addormentarsi, come mostrato in figura. Prestare attenzione a rispettare la polarità corretta (+/-).



3. Ruotare la metà superiore dell'aiuto per addormentarsi in senso orario sulla metà inferiore finché non si sente scattare in posizione.



## Selezione della tecnica di respirazione

Nell'apparecchio è possibile scegliere tra le tecniche di respirazione "RELAX" e "4-7-8". A seconda della tecnica di respirazione scelta viene regolato il ritmo a cui pulsa la luce.

Inspirare ed espirare in sincronia con la luce proiettata.

Il cerchio luminoso si allarga: Inspirare dal naso.

Il cerchio luminoso si restringe: Espirare dalla bocca.

In più nella tecnica di respirazione "4-7-8" –

Il cerchio luminoso è fermo: Trattenere il respiro.

Con il selettore della tecnica di respirazione (sul retro dell'aiuto per addormentarsi) scegliere la tecnica di respirazione desiderata.

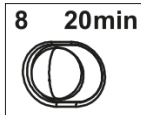


- Tecnica di respirazione **Relax** (40% inspirazione; 60% espirazione):  
la frequenza respiratoria si riduce gradualmente da una frequenza leggermente più alta fino a 6 respirazioni al minuto. Questo significa inspirare per 4 secondi ed espirare per 6 secondi.
- Tecnica di respirazione **4-7-8** (famoso metodo utilizzato nella meditazione o nello yoga):  
inspirare per 4 secondi, trattenere il respiro per 7 secondi, espirare per 8 secondi.

## Selezione del disinserimento automatico


L'apparecchio è dotato di una funzione di disinserimento automatico. Al termine dell'intervallo impostato, la luce dell'aiuto per addormentarsi si spegne automaticamente.



Con il regolatore dello spegnimento automatico (sul retro dell'aiuto per addormentarsi) scegliere durata di utilizzo desiderata (8 o 20 minuti).



## 8. Utilizzo

### Inizio dell'utilizzo

1. Inserire l'aiuto per addormentarsi sul supporto.
2. Posizionare il supporto a portata di mano su un piano rialzato (ad es. comodino).
3. Oscurare la stanza.
4. Per spegnere l'aiuto per addormentarsi toccare il pulsante touch . La luce dell'aiuto per addormentarsi si accende in rosso. È possibile scegliere tra una luce rossa e una luce blu.

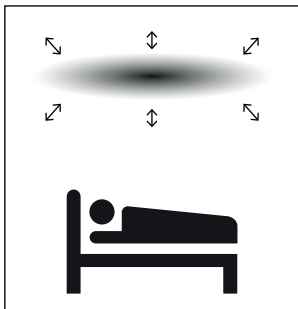
 Premere 1 volta	La luce si accende in rosso
 Premere 2 volte	La luce si accende in blu



Premere 3 volte

La luce si spegne

5. Orientare la proiezione luminosa verso il soffitto della stanza in modo da poterla vedere comodamente sdraiati sul letto.
6. Osservare la luce. Inspirare ed espirare al ritmo della luce in modo completamente rilassato.





## 9. Pulizia e cura



### AVVERTENZA

- NON lavare l'aiuto per addormentarsi in lavatrice o in lavastoviglie! Per la pulizia non utilizzare detergenti chimici né prodotti abrasivi.
- Pulire l'aiuto per addormentarsi con un panno leggermente inumidito. Se l'apparecchio è molto sporco, inumidire leggermente il panno con acqua e sapone.

## 10. Che cosa fare in caso di problemi?

<b>Problema</b>	<b>Possibile causa</b>	<b>Soluzione</b>
L'apparecchio non si accende	Batterie scariche	Inserire batterie nuove
La luce lampeggia debolmente	Batterie quasi scariche	Inserire batterie nuove
L'apparecchio non si accende, nonostante le batterie nuove	L'apparecchio è difettoso	Contattare il Servizio clienti

## 11. Smaltimento

A tutela dell'ambiente, al termine del suo ciclo di vita, l'apparecchio non deve essere smaltito nei rifiuti domestici, ma conferito negli appositi centri di raccolta. Smaltire l'apparecchio secondo la direttiva europea sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE). In caso di dubbi, rivolgersi alle autorità comunali competenti per lo smaltimento.




- Smaltire le batterie esauste e completamente scariche presso gli appositi punti di raccolta, i punti di raccolta per rifiuti tossici o i negozi di elettronica. Lo smaltimento delle batterie è un obbligo di legge.
- Sulle batterie contenenti sostanze tossiche sono riportati i seguenti simboli:  
Pb = batteria contenente piombo,  
Cd = batteria contenente cadmio,  
Hg = batteria contenente mercurio.



## 12. Dati tecnici

Tipo	SL 10
Codice articolo	677.65
Peso	circa 200 g (senza batterie)

Batteria	2 x 1,5 V  batterie da AAA LR03
Dimensioni apparecchio con supporto	7,6 x 7,1 x 7 cm
Durata della batteria	circa 50 ore
Distanza ottimale dal soffitto	2 m

Ci si riserva il diritto di apportare modifiche tecniche.

### 13. Garanzia/Assistenza

Beurer GmbH, Söflinger Strasse 218, D-89077 Ulm (di seguito denominata “Beurer”) offre una garanzia per questo prodotto, nel rispetto delle seguenti condizioni e nella misura descritta di seguito.

**Le seguenti condizioni di garanzia lasciano invariati gli obblighi di garanzia di legge del venditore stabiliti nel contratto di acquisto con l’acquirente.**

**La garanzia si applica inoltre fatte salve le prescrizioni di legge obbligatorie in materia di responsabilità.**

Beurer garantisce la perfetta funzionalità e la completezza di questo prodotto.

La garanzia mondiale è di 3 anni a partire dall'acquisto del prodotto nuovo, non usato, da parte dell'acquirente.

Questa garanzia copre solo i prodotti che l'acquirente ha acquistato come consumatore e che utilizza esclusivamente a scopo personale, in ambito domestico. Vale il diritto tedesco.

Nel caso in cui il prodotto, durante il periodo di garanzia, si dimostrasse incompleto o presentasse difetti di funzionamento in linea con le seguenti disposizioni, Beurer provvederà a sostituire o riparare gratuitamente il prodotto in base alle presenti condizioni di garanzia.

**Per segnalare un caso di garanzia, l'acquirente deve rivolgersi innanzitutto al proprio rivenditore locale: vedere l'elenco "Service International" in cui sono riportati gli indirizzi dei centri di assistenza.**

L'acquirente riceverà quindi informazioni più dettagliate sulla gestione del caso di garanzia, ad esempio dove deve inviare il prodotto e quali documenti sono necessari.

L'attivazione della garanzia viene presa in considerazione solo se l'acquirente può presentare

- una copia della fattura/prova d'acquisto e
  - il prodotto originale
- a Beurer o a un partner Beurer autorizzato.

Sono espressamente esclusi dalla presente garanzia

- l'usura dovuta al normale utilizzo o al consumo del prodotto;
- gli accessori forniti assieme a questo prodotto che, in caso di utilizzo conforme, si consumano o si esauriscono (ad es. batterie, batterie ricaricabili, manicotti, guarnizioni, elettrodi, lampadine, accessori e accessori per inalatore);
- i prodotti che sono stati utilizzati, puliti, conservati o sottoposti a manutenzione in modo improprio e/o senza rispettare le disposizioni riportate nelle istruzioni per l'uso, nonché i prodotti che sono stati aperti, riparati o smontati e rimontati dall'acquirente o da un centro di assistenza non autorizzato da Beurer;
- i danni occorsi nel trasporto dal produttore al cliente o tra il centro di assistenza e il cliente;
- i prodotti acquistati come articoli di seconda scelta o usati;
- i danni conseguenti che dipendono da un difetto del prodotto (in questo caso possono tuttavia esistere diritti derivanti dalla responsabilità per i prodotti o da altre disposizioni di legge obbligatorie in materia di responsabilità).

Le riparazioni o la sostituzione completa non prolungano in alcun caso il periodo di garanzia.

# TÜRKÇE



**Lütfen bu kullanım kılavuzunu dikkatle okuyun, ileride kullanmak üzere saklayın, diğer kullanıcıların erişebilmesini sağlayın ve içindeki yönergelere uyun.**

## Sayın müşterimiz,

Ürünlerimizden birini seçtiğiniz için teşekkür ederiz. Isı, ağırlık, kan basıncı, vücut sıcaklığı, nabız, yumuşak terapi, masaj, güzellik, bebek ve hava konularında değerli ve titizlikle test edilmiş kaliteli ürünlerimiz, dünyanın her tarafında tercih edilmektedir.

Yeni cihazınızı iyi günlerde kullanmanızı dileriz.  
Beurer Ekibiniz

## İçindekiler

1. Ürün özellikleri .....	104	8. Kullanım.....	114
2. Teslimat kapsamı.....	105	9. Temizlik ve bakım .....	116
3. İşaretlerin açıklaması .....	106	10. Sorunların giderilmesi .....	116
4. Amacına uygun kullanım .....	107	11. Bertaraf etme .....	117
5. Uyarılar ve güvenlik yönergeleri... 108		12. Teknik veriler.....	117
6. Cihaz açıklaması.....	111	13. Garanti/servis .....	118
7. İlk çalıştırma.....	112		

# 1. Ürün özellikleri

## Uyku neden çok önemlidir?

Geceleri uykumuzu almamız, kendimizi fiziksel ve psikolojik bakımdan iyi hissedebilmemiz için çok önemlidir; uykumuzda her şeyden önce yeni edindiğimiz deneyimlerin üzerinde durur, ruhsal ve fiziksel zindeliğimizi güçlendiririz. Beurer SL 10 DreamLight uykuya dalma yardımcısı, uykuya dalma sürecini kolaylaştırmak için özel olarak tasarlanmıştır.

Cihaz, odanın tavanına renkli ve ritmik olarak yanıp sönen bir ışık yansıtır. Cihazın yansıttığı ışıkla uyum içerisinde nefes alıp vererek rahatlırsınız.

2 farklı nefes alıp verme tekniği arasında seçim yapabilirsiniz (“RELAX” ve “4-7-8”).

## Uykuya dalmamız neden bu kadar zordur?

Stresli veya kaygı uyandırıcı bir durumla karşılaştığımızda bitkisel sinir sistemi vücudumuzu alarm durumuna geçirir. Bununla bağlantılı olarak vücudumuz kortizol adı verilen stres hormonunu salgılar ve melatonin adı verilen uyku hormonunun üretimini engeller. Biz de sonuçta uykusuzlukla karşı karşıya kalırız.

Uykuya dalma yardımcısı, bitkisel sinir sisteminin tekrar dengeli bir duruma gelmesine aktif şekilde yardımcı olur. Işığın ritmine uyarak sakin bir şekilde nefes alıp vermeniz düşüncelerinizden uzaklaşmanızı sağlar ve beyin aktivitenizi yavaşlatır.

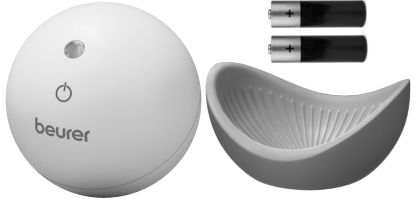
Kanınıza daha çok oksijen karışır, vücudunuz daha az kortizol salgılar ve uyku hormonu olan melatoninin üretimini artırır. Uykuya dalma süreci kısalmış ve kolaylaşır.



## 2. Teslimat kapsamı

Teslimat kapsamını kontrol ederek karton ambalajın dıştan hasar görmemiş ve içeriğin eksiksiz olduğundan emin olun. Kullanmadan önce cihazda ve aksesuarlarında görünür hasar olmadığından ve tüm ambalaj malzemelerinin çıkarıldığından emin olun. Şüpheli durumlarda kullanmayın ve satıcınıza veya belirtilen müşteri hizmetleri adresine başvurun.




- 1 x Uykuya dalma yardımcısı
- 1 x Taban
- 2 x AAA pil



### 3. İşaretlerin açıklaması

Cihazın üzerinde, kullanım kılavuzunda, ambalajında ve model etiketinde aşağıdaki simgeler kullanılmıştır:

	Kullanım kılavuzunu okuyun	 <b>Not</b>	Önemli bilgilere yönelik not
 <b>UYARI</b>	Yaralanma tehlikelerine veya sağlığınızla ilgili tehlikelere yönelik uyarı	 <b>DİKKAT</b>	Cihazda/aksesuarlarda oluşabilecek hasarlara yönelik güvenlik uyarısı
	Üretici	 PAP	Ambalaj çevreye zarar vermeyecek şekilde bertaraf edilmelidir
	Bu ürün geçerli Avrupa Birliği yönergelerinin ve ulusal yönergelerin gereklerini yerine getirmektedir.		Rusya ve Bağımsız Devletler Topluluğu ülkelerine ihraç edilecek ürünler için sertifika işareti

	<p>Elektrikli ve elektronik atık cihazlarla ilgili AB direktifine (WEEE - Waste Electrical and Electronic Equipment) uygun şekilde bertaraf edilmelidir.</p>		<p>Zararlı madde içeren pilleri evsel atıklarla birlikte bertaraf etmeyin</p>
	<p>Doğru akım</p>		

## 4. Amacına uygun kullanım

### UYARI

Uykuya dalma yardımcısını yalnızca insanlar üzerinde kullanın. Uykuya dalma yardımcısını hayvanlar üzerinde kullanmayın. Uykuya dalma yardımcısı yalnızca kapalı alanlarda ve ev ortamında/özel ortamda kullanıma uygundur. Uykuya dalma yardımcısı tıbbi veya ticari kullanıma uygun değildir. Uykuya dalma yardımcısı sağlık sorunlarıyla bağlantılı uyku bozukluklarına yönelik tedavi edici bir etki göstermesi amacıyla tasarlanmamıştır. Uykuya dalma yardımcısını sadece geliştirilme amacına uygun ve bu kullanım kılavuzunda belirtilen şekilde kullanın. Usulüne uygun olmayan her türlü kullanım tehlikeli olabilir! Usulüne uygun olmayan ve yanlış kullanım sonucu oluşan hasarlardan üretici firma sorumlu değildir.

## 5. Uyarılar ve güvenlik yönergeleri



### UYARI

- Çocukları uykuya dalma yardımcısından ve ambalaj malzemesinden uzak tutun. Boğulma tehlikesi vardır!
- Bu cihaz fiziksel, algısal ve akli becerileri kısıtlı veya tecrübesi ve bilgisi yetersiz olan kişiler tarafından ancak gözetim altında veya cihazın emniyetli kullanımı hakkında bilgilendirilmiş olmaları ve cihazın kullanımı sonucu ortaya çıkabilecek tehlikelerin bilincinde olmaları koşuluyla kullanılabilir.
- Çocuklar cihazla oynamamalıdır.
- Temizlik ve kullanıcı bakımı, gözetim altında olmadıkları sürece çocuklar tarafından yapılmamalıdır.
- **Cihazı kullanmadan önce aşağıdaki durumlarda tedavinizi yapan doktora danışın:**
  - Epilepsi veya astım gibi nöbetli hastalıklar
  - Mevcut bitkisel sinir sistemi rahatsızlığı
  - Düşük tansiyon
- **Cihazı kullanırken baş dönmesi, mide bulantısı, panik veya kalp atışınızın hızlandığını hissederseniz kullanmayı derhal bırakıp cihazı kapatın.**
- Cihazın ışığına asla doğrudan bakmayın.

- Sađlıđınıza y3nelik endiřeleriniz varsa doktorunuza danıřın!
- Cihazı darbelerden, nemden, tozdan, kimyasallardan, ařırı sıcaklık deđiřikliklerinden, dođrudan gelen g3neř iřiđından, su sıçramasından, kum girmesinden ve çok yakın ısı kaynaklarından (soba, kalorifer radyat3r3) koruyun.
- Cihazı asla suya veya bařka sıvılara daldırmayın.

## **Pillerin kullanımıyla ilgili genel açıklamalar**



### **UYARI**

- Pilden sızan sıvı cilt veya g3zlerle temas ettiđinde, ilgili yer suyla yıkanmalı ve doktora bařvurulmalıdır.
- Bir pil aktıđında koruyucu eldiven giyilmeli ve pil b3lmesi kuru bir bezle temizlenmelidir.
- Piller ařırı ısıya karřı korunmalıdır.
- Patlama tehlikesi! Piller ateře atılmamalıdır.
- Yutma tehlikesi! K3k çocuklar pilleri yutabilir ve bunun sonucunda bođulabilir. Bu nedenle piller, k3k çocukların eriřemeyeceđi yerlerde saklanmalıdır!
- Artı (+) ve eksi (-) kutup iřaretlerine dikkat edilmelidir.
- Piller řarj edilmemeli veya kısa devre yaptırılmamalıdır.
- Cihaz uzun s3re kullanılmıyacaksa, piller pil b3lmesinden çıkarılmalıdır.
- Sadece aynı tip veya eřdeđer piller kullanılmalıdır.

- Her zaman tüm piller aynı anda deęiřtirilmelidir.
- řarj edilebilir pil kullanılmamalıdır!
- Piller parçalarına ayrılmamalı, açılmamalı veya ezilmemelidir.

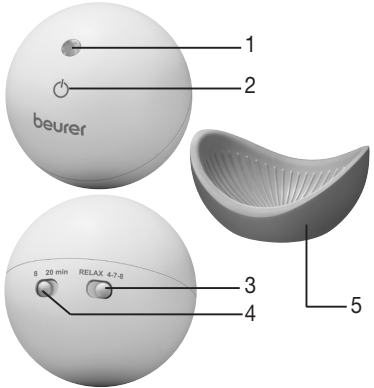


## **DİKKAT**

- Cihazı kesinlikle açmayın. Cihazı kendiniz onarmayı denemeyin. Aksi halde ciddi yaralanmalar meydana gelebilir. Bu husus dikkate alınmadığı halde garanti geçerliliğini yitirir.
- Onarım için müşteri servisine veya yetkili bir satıcıya başvurun.
- Cihazı düşürmeyin. Cihazı kesinlikle fırlatmayın. Cihazın darbeye ve büyük kuvvete maruz kalmamasına dikkat edin.
- Cihazı 10°C ile 40°C arasındaki ortam sıcaklıklarında kullanın veya saklayın. Daha yüksek veya düşük sıcaklıklar uykuya dalma yardımcısına zarar verebilir.

## 6. Cihaz açıklaması

1. Işık kaynağı
2. Dokunmatik açma/ kapatma tuşu
3. Nefes alıp verme tekniği düğmesi
4. Otomatik kapanma düğmesi
5. Taban

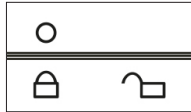
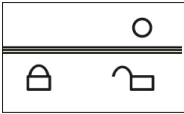


## 7. İlk alıřtırma

### Pillerin takılması

Uykuya dalma yardımcısını ilk kez kullanmadan önce, cihaz ile birlikte verilen edilen iki adet AAA pili cihaza yerleřtirmeniz gerekir. Bunun için ařađıdakileri yapın:

1. Uykuya dalma yardımcısının st kapađını saat yönünün tersine çevirin. st kapađını çıkarın.
2. Cihazla birlikte verilen iki adet AAA pili Őekilde gösterildiđi gibi uykuya dalma yardımcısının alt kapađına yerleřtirin. Pilleri yerleřtirirken kutuplarının (+/-) dođru yönde olmasına dikkat edin.
3. Uykuya dalma yardımcısının st kapađını, cihazın alt kapađının üzerine yerleřtirenerek hissedilir Őekilde yerine oturuncaya kadar saat yönünde çevirin.





## Nefes alıp verme tekniğinin seçilmesi

Cihazda “RELAX” veya “4-7-8” nefes alıp verme tekniği arasında seçim yapabilirsiniz. Işık, seçtiğiniz nefes alıp verme tekniğine uygun bir ritimle yanıp söner.

Işık projeksiyonu ile uyumlu bir şekilde nefes alın ve verin.

Işıklı halka parladığında: Burnunuzdan nefes alın.

Işıklı halka söndüğünde: Ağızınızdan nefes verin.

Ayrıca “4-7-8” nefes tekniğinde –

Işıklı halka sabit durduğunda: Nefesinizi tutun.

Nefes alıp verme tekniği düğmesini (uykuya dalma yardımcısının arka tarafında yer alır) kullanarak istediğiniz tekniği seçebilirsiniz.



- **Relax** nefes alıp verme tekniği (%40 nefes alma, %60 nefes verme):

Nefes alıp verme sıklığı, hızlıdan yavaş bir şekilde dakikada 6 nefese kadar düşer.

Bu, 4 saniye boyunca nefes alma ve 6 saniye boyunca nefes verme anlamına gelir.

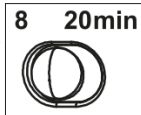
- **4-7-8** nefes alıp verme tekniği (meditasyon veya yoga için bilinen bir tekniktir):

Nefes, 4 saniye boyunca alınır, 7 saniye boyunca tutulur ve 8 saniye boyunca verilir.

## Otomatik kapanmanın seçilmesi


Cihazda otomatik kapanma özelliği mevcuttur. Belirlenen süre sona erdiğinde uykuya dalma yardımcısının ışığı otomatik olarak söner.



Otomatik kapanma düğmesini (uykuya dalma yardımcısının arka tarafında yer alır) kullanarak istediğiniz kullanım süresini (8 veya 20 dakika) seçebilirsiniz.



## 8. Kullanım

### Kullanmaya başlama

1. Uykuya dalma yardımcısını tabana yerleştirin.
2. Tabanı erişebileceğiniz ve yerden yüksekte olan bir yere (ör. komodini) koyun.
3. Odanın ışığını söndürün.
4. Uykuya dalma yardımcısını açmak için dokunmatik tuşa  dokununuz. Uykuya dalma yardımcısının ışığı kırmızı yanmaya başlar. Kırmızı veya mavi ışık arasında seçim yapabilirsiniz.

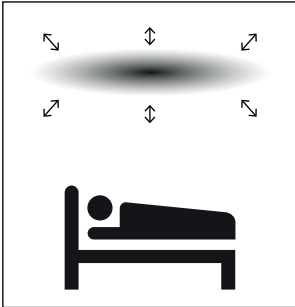
 1 kez basıldığında	Işık kırmızı yanmaya başlar
 2 kez basıldığında	Işık mavi yanmaya başlar



3 kez basıldığında

Işık tekrar söner

5. Işığın odanın tavanında yansıtacağı yeri, yatarken rahat bir şekilde görebileceğiniz bir şekilde ayarlayın.
6. Dikkatinizi ışığa verin. Işığın ritmine uyarak oldukça sakin bir şekilde nefes alıp verin.



## 9. Temizlik ve bakım



### UYARI

- Uykuya dalma yardımcısını çamařır makinesinde veya bulařık makinesinde YIKAMAYIN! Temizlerken kimyasal veya ařındırıcı temizlik maddeleri kullanmayın.
- Uykuya dalma yardımcısını yumuřak, hafifçe nemlendirilmiř bir bezle temizleyin. Çok kirliyse, bezi hafif sabunlu su ile nemlendirebilirsiniz.

## 10. Sorunların giderilmesi

Sorun	Olası neden	özüm
Cihaz açılmıyor	Piller tükenmiř	Yeni piller yerleřtirin
Iřık zayıf bir řekilde yanıyor	Piller tükenmek üzere	Yeni piller yerleřtirin
Yeni piller takılmıř olmasına rađmen cihaz açılmıyor	Cihaz arızalı	Müřteri hizmetlerine danıřın

## 11. Bertaraf etme

Çevreyi korumak için, kullanım ömrü dolan cihazı evsel atıklarla beraber bertaraf etmeyin.

Cihaz, ülkenizdeki uygun atık toplama merkezleri aracılığıyla bertaraf edilebilir. Cihazı, elektrikli ve elektronik hurda cihazlarla ilgili AB direktifine (WEEE - Waste Electrical and Electronic Equipment) uygun şekilde bertaraf edin.

Bertaraf etme ile ilgili sorularınızı, ilgili yerel makamlara iletebilirsiniz.

- Kullanılmış, tamamen boşalmış piller özel işaretli toplama kutularına atılarak, özel atık toplama yerlerine veya elektrikli cihaz satıcılarına teslim edilerek bertaraf edilmelidir. Pillerin bertaraf edilmesi, yasal olarak sizin sorumluluğunuzdadır.
- Bu işaretler, zararlı madde içeren pillerin üzerinde bulunur:

Pb = Pil kurşun içerir,


Cd = Pil kadmiyum içerir,

Hg = Pil cıva içerir.



## 12. Teknik veriler

Tip	SL 10
Ürün numarası	677.65
Ağırlık	yakl. 200 g (piller hariç)

Pil	2 x 1,5 V  AAA LR03 pil
Cihazın tabanla birlikte ölçüleri	7,6 x 7,1 x 7 cm
Pil ömrü	yakl. 50 saat
En uygun tavan mesafesi	2 m

Teknik değişiklik hakkı saklıdır.

### 13. Garanti/servis

Beurer GmbH, Söflinger Straße 218, D-89077 Ulm (aşağıda “Beurer” olarak anılacaktır) bu ürün için aşağıdaki koşullar çerçevesinde ve aşağıda açıklanan kapsamda bir garanti sunmaktadır.

**Aşağıdaki garanti koşulları, satıcının müşteri ile yaptığı satış sözleşmesinden doğan yasal garanti yükümlülüklerini etkilemez.**

**Garanti, yasalarla zorunlu kılınan sorumlulukların kapsamında herhangi bir kısıtlamaya neden olmaksızın geçerlidir.**

Beurer, bu ürünün kusursuz bir şekilde çalıştığını ve eksiksiz olduğunu garanti eder.

Yeni ve kullanılmamış bir ürünün müşteri tarafından satın alınmasıyla başlayan ve dünya genelinde geçerli olan garanti süresi 3 yıldır.

Bu garanti sadece tüketici olarak müşteri tarafından satın alınan ve bireysel amaçlarla sadece evde kullanılan ürünler için geçerlidir.  
Alman yasaları geçerlidir.

Bu ürünün garanti süresi içinde aşağıda belirtilen hükümler uyarınca eksiksiz olmadığı veya çalışma açısından kusurlu olduğu saptanırsa, Beurer bu garanti koşulları kapsamında ücretsiz bir ikame ürün teslimatı veya onarım gerçekleştirmekle yükümlüdür.

**Müşteri bir garanti talebinde bulunmak istediğinde önce yerel satıcıya başvuracaktır: Servis adreslerinin olduğu ekteki “Uluslararası Servis” listesini inceleyin.**

Bu durumda müşteriye, garanti işlemlerinin yürütülmesiyle ilgili olarak örneğin ürünün nereye gönderileceği ve hangi belgelerin gerekli olduğu gibi ayrıntılı bilgiler verilecektir.

Garanti talebi ancak müşterinin

- faturanın/satın alma belgesinin bir kopyasını ve

- orijinal ürünü

yetkili bir Beurer iş ortağına sunabilmesi halinde işleme konabilir.

Aşağıdaki durumlar kesinlikle bu garanti kapsamının dışındadır:

- Ürünün normal kullanımından veya tüketiminden kaynaklanan aşınmalar ve yıpranmalar;
- Bu ürün ile birlikte teslim edilen ve usulüne uygun kullanıldığında da yıpranabilecek veya tükenebilecek aksesuar parçaları (örneğin piller, şarj edilebilir piller, manşetler, contalar, elektrotlar, aydınlatma malzemeleri, başlıklar ve nebulizatör aksesuarları);
- Kullanım kılavuzundaki bilgiler dikkate alınmadan ve/veya usulüne uygun olmayan bir şekilde kullanılan, temizlenen, depolanan veya bakımı yapılan ürünler ve Beurer tarafından yetkilendirilmemiş bir servis merkezi veya müşterinin kendisi tarafından açılan, onarılan veya üzerinde değişiklik yapılan ürünler;
- Ürünün üreticiden müşteriye nakliyesi sırasında oluşan hasarlar;
- İkinci kalite ürün veya kullanılmış ürün olarak satın alınan ürünler;
- Bu ürünlerdeki bir kusurdan kaynaklanan müteakip hasarlar (ancak bu durumda ürün sorumluluğu veya yasal zorunlu sorumluluk hükümleri uyarınca tüketici hakları olabilir).

Onarım veya komple değişim garanti süresini hiçbir şekilde uzatmaz.



## **РУССКИЙ**

**Внимательно прочитайте данную инструкцию по применению, сохраните ее для последующего использования, предоставляйте другим пользователям возможность с ней ознакомиться, а также всегда следуйте ее указаниям.**

## Уважаемый покупатель!

Благодарим Вас за выбор продукции нашей компании. Мы производим современные, тщательно протестированные высококачественные изделия для обогрева тела, измерения массы, кровяного давления, температуры тела, пульса, для легкой терапии, массажа, косметических процедур, ухода за детьми и очистки воздуха.

С наилучшими пожеланиями,  
компания Beurer

## Оглавление

1. Ознакомительная информация	123	8. Использование.....	134
2. Комплект поставки.....	124	9. Очистка и уход.....	136
3. Пояснения к символам.....	125	10. Что делать при возникновении проблем? .....	136
4. Использование по назначению	126	11. Утилизация .....	137
5. Предупреждения и указания по технике безопасности .....	127	12. Технические характеристики..	138
6. Описание прибора.....	131	13. Гарантия/сервисное обслуживание .....	138
7. Подготовка к работе.....	132		

# 1. Ознакомительная информация

## Почему сон так важен?

Ночной отдых со сном достаточной продолжительности чрезвычайно важен для хорошего физического и душевного самочувствия, потому что во сне мы, помимо прочего, переосмысливаем приобретенный опыт и укрепляем наше умственное и физическое здоровье. Прибор для засыпания beurer SL 10 DreamLight был разработан специально для того, чтобы облегчить процесс засыпания.

Прибор проецирует цветной пульсирующий световой круг на потолок комнаты. Делая вдохи и выдохи в унисон со световой проекцией, Вы успокаиваетесь.

Вы можете выбрать одну из двух дыхательных техник («RELAX» и «4-7-8»).

## Почему нам бывает так трудно заснуть?

Когда мы сталкиваемся со стрессом и страхами, вегетативная нервная система переводит наш организм в состояние тревоги. В результате организм выделяет гормон стресса кортизол и тормозит выработку гормона сна мелатонина, что приводит к бессоннице.

Прибор для засыпания поможет Вам активно восстановить вегетативную нервную систему, приведя ее в равновесие. Спокойные вдохи и выдохи в ритме световой проекции отвлекают от мыслей, и мозговая деятельность понижается. В кровь поступает больше кислорода, выброс кортизола умень-

шается и повышается производство мелатонина — гормона сна. Сон наступает быстрее и проще.

## 2. Комплект поставки

Проверьте комплектность поставки и убедитесь в том, что на картонной упаковке нет внешних повреждений. Перед использованием убедитесь в том, что прибор и принадлежности к нему не имеют видимых повреждений, и освободите их от упаковочных материалов. При возникновении сомнений не используйте прибор и обратитесь к продавцу или в сервисную службу по указанному адресу.




- 1 x прибор для засыпания
- 1 x подставка
- 2 x батарейки AAA



### 3. Пояснения к символам

На приборе, в инструкции по применению, на упаковке и фирменной табличке прибора используются следующие символы.

	Прочтите инструкцию по применению.	 <b>Указание</b>	Содержит важную информацию.
 <b>ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ</b>	Предупреждает об опасности травмирования или нанесения вреда здоровью.	 <b>ВНИМАНИЕ</b>	Указывает на возможность повреждения прибора/принадлежностей.
	Изготовитель.	 RAP 	Утилизируйте упаковку в соответствии с предписаниями по охране окружающей среды.
	Это изделие соответствует требованиям действующих европейских и национальных директив.		Сертификационный знак для изделий, экспортируемых в Российскую Федерацию и страны СНГ.

	<p>Прибор следует утилизировать согласно Директиве ЕС об отходах электрического и электронного оборудования — WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).</p>		<p>Утилизация батареек вместе с бытовым мусором запрещена из-за содержащихся в них токсичных веществ.</p>
	<p>Постоянный ток</p>		

## 4. Использование по назначению

### ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Прибор для засыпания предназначен только для человека. Не используйте прибор для засыпания на животных. Прибор для засыпания предназначен только для домашнего/частного использования в закрытых помещениях. Прибор для засыпания не подходит для использования в медицинских учреждениях или в коммерческих целях. Прибор для засыпания не предназначен для терапевтического использования при нарушениях сна, связанных со здоровьем. Используйте прибор для засыпания только в целях, для которых он разработан, и только способом, описанным в данной инструкции

по применению. Любое применение не по назначению может быть опасным! Изготовитель не несет ответственности за ущерб, вызванный неквалифицированным или ненадлежащим использованием прибора.

## **5. Предупреждения и указания по технике безопасности**



### **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ**

- Храните прибор и упаковочный материал в недоступном для детей месте. Существует опасность удушья!
- Данный прибор может использоваться лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или с недостаточными знаниями и опытом в том случае, если они находятся под присмотром или проинструктированы о безопасном применении прибора и возможных опасностях.
- Не позволяйте детям играть с прибором.
- Дети не должны выполнять очистку прибора и уход за ним без присмотра взрослых.

- **Перед использованием прибора проконсультируйтесь с лечащим врачом при наличии у Вас:**
  - болезней, протекающих с приступами, например эпилепсии или астмы;
  - заболеваний вегетативной нервной системы;
  - пониженного кровяного давления.
- **Если во время использования прибора Вы почувствовали головокружение, тошноту, панику или усиленное сердцебиение, немедленно прекратите использование прибора и выключите его.**
- Не смотрите прямо на источник света.
- При наличии каких-либо проблем со здоровьем проконсультируйтесь с лечащим врачом!
- Предохраняйте прибор от ударов, влажности, пыли, химикатов, сильных колебаний температуры, прямых солнечных лучей, брызг, песка и не устанавливайте его вблизи источников тепла (печей, радиаторов отопления).
- Ни в коем случае не погружайте прибор в воду или другие жидкости.



## Общие указания по обращению батареями



### ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- При попадании жидкости из батарейки на кожу или в глаза необходимо промыть соответствующий участок большим количеством воды и обратиться к врачу.
- Если батарейка потекла, очистите отсек для батареек сухой салфеткой, предварительно надев защитные перчатки.
- Защищайте батарейки от чрезмерного воздействия тепла.
- Опасность взрыва! Не бросайте батарейки в огонь.
- Опасность проглатывания мелких частей! Маленькие дети могут проглотить батарейки и подавиться ими. Поэтому батарейки необходимо хранить в недоступном для детей месте!
- Обращайте внимание на знаки полярности: плюс (+) и минус (-).
- Не заряжайте батарейки и не допускайте их короткого замыкания.
- Если прибор длительное время не используется, извлеките из него батарейки.
- Используйте батарейки только одного типа или равноценных типов.
- Заменяйте все батарейки сразу.
- Не используйте аккумуляторы!
- Не разбирайте, не открывайте и не разбивайте батарейки.

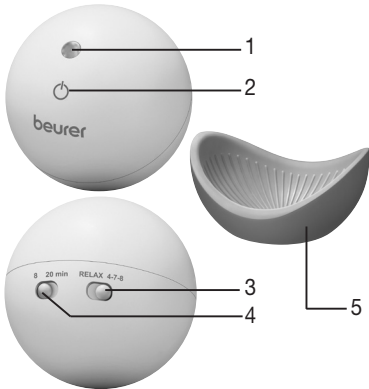


## **ВНИМАНИЕ**

- Запрещается открывать прибор. Не пытайтесь самостоятельно отремонтировать прибор. Это может стать причиной тяжелых травм. Несоблюдение данного требования ведет к потере гарантии.
- Если прибор нуждается в ремонте, обратитесь в сервисную службу или к официальному дистрибьютору.
- Не роняйте прибор. Не бросайте прибор. Защищайте прибор от ударов и воздействия силы.
- Используйте и храните прибор при температуре от 10 до 40 °С. Более высокие или более низкие температуры могут привести к повреждению прибора для засыпания.

## 6. Описание прибора

1. Источник света
2. Сенсорная кнопка ВКЛ./  
ВЫКЛ.
3. Регулятор дыхательной  
техники
4. Регулятор  
автоматического  
отключения
5. Подставка

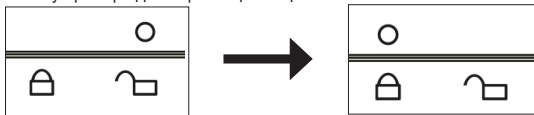


## 7. Подготовка к работе

### Установка батареек

Прежде чем начать пользоваться прибором для засыпания, необходимо вставить две батарейки AAA, входящие в комплект поставки. Для этого выполните следующие действия.

1. Поверните против часовой стрелки верхнюю половину прибора для засыпания. Снимите верхнюю половину.
2. Вставьте две батарейки AAA, входящие в комплект, в нижнюю половину прибора для сна, как показано на рисунке. При установке соблюдайте правильную полярность (+/-) батареек.
3. Соедините обе части прибора, поверните по часовой стрелке верхнюю половину прибора до ее фиксации с щелчком.



## Выбор дыхательной техники

Устройство позволяет выбрать одну из двух дыхательных техник — «RELAX» и «4-7-8». Ритм пульсации света зависит от выбора дыхательной техники. Вдыхайте и выдыхайте в соответствии со световой проекцией.

Световой круг увеличивается: вдохните через нос.

Световой круг уменьшается: выдохните через рот.

Дополнительно при технике дыхания «4-7-8» –

Световой круг неподвижен: задержите дыхание.

Вы можете выбрать дыхательную технику при помощи регулятора (находится сзади на приборе для засыпания).

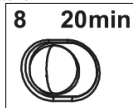


- Дыхательная техника **Relax** (40 % вдохание; 60 % выдыхание):  
Частота дыхания постепенно уменьшается до 6 вдохов в минуту. Это означает: 4 секунды – вдох, 6 секунд – выдох.
- Дыхательная техника **4-7-8** (известная методика, применяемая в медитации или йоге):  
Вдох в течение 4 секунд, задержка дыхания на 7 секунд, выдох в течение 8 секунд.

## Выбор режима автоматического отключения


Прибор оснащен функцией автоматического отключения. По истечении времени свет на приборе для засыпания автоматически выключается.



Вы можете выбрать продолжительность использования (8 или 20 минут) при помощи регулятора автоматического отключения (находится сзади на приборе для засыпания).



## 8. Использование

### Начало использования

1. Поставьте прибор для засыпания на подставку.
2. Установите подставку повыше, в пределах досягаемости (например, на ночном столике).
3. Затемните комнату.
4. Для включения прибора для засыпания нажмите сенсорную кнопку . Прибор начнет излучать красный свет. Вы можете выбрать красный или синий цвет излучения.

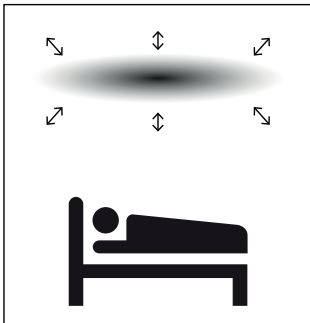
 1 нажатие	Красный свет
 2 нажатия	Синий свет



3 нажатия

Свет отключается

5. Направляйте световую проекцию на потолок таким образом, чтобы Вам было удобно на нее смотреть в положении лежа.
6. Смотрите на свет. Расслабьтесь и делайте вдохи и выдохи в ритме света.



## 9. Очистка и уход



### ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- НЕ мойте прибор для засыпания в стиральной или посудомоечной машине! Не используйте для очистки химические очистители или абразивные средства.
- Для очистки прибора для засыпания используйте мягкую, слегка увлажненную салфетку. При сильном загрязнении салфетку можно смочить слабым мыльным раствором.

## 10. Что делать при возникновении проблем?

Проблема	Возможные причины	Меры по устранению
Прибор не включается.	Батарейки разряжены.	Вставьте новые батарейки.
Слабое свечение.	Батарейки почти разряжены.	Вставьте новые батарейки.
Прибор не включается, несмотря на новые батарейки.	Прибор неисправен.	Обратитесь в сервисную службу.



# 11. Утилизация

В целях защиты окружающей среды по окончании срока службы прибора запрещается утилизировать его вместе с бытовыми отходами.



Утилизация производится через соответствующие пункты сбора в Вашей стране. Прибор следует утилизировать согласно директиве ЕС по отходам электрического и электронного оборудования — WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). При возникновении вопросов обращайтесь в местную коммунальную службу, ответственную за утилизацию отходов.

- Утилизируйте использованные и полностью разряженные батарейки в контейнеры со специальной маркировкой, сдавайте в пункты приема спецотходов или в магазины электрооборудования. Закон обязывает Вас обеспечить надлежащую утилизацию батареек.
- Следующие знаки предупреждают о наличии в батарейках токсичных веществ:


Pb = свинец,

Cd = кадмий,

Hg = ртуть.



## 12. Технические характеристики

Тип	SL 10
Артикул	677.65
Масса	ок. 200 г (без батареек)
Батарейки	2 шт. по 1,5 В  Батарейка AAA, LR03
Размер прибора на подставке	7,6 x 7,1 x 7 см
Срок службы батареек	прибл. 50 часа
Оптимальное расстояние до потолка	2 м

Возможны технические изменения.

## 13. Гарантия/сервисное обслуживание

Более подробная информация по гарантии/сервису находится в гарантийном/сервисном талоне, который входит в комплект поставки.



**Należy dokładnie przeczytać i zachować niniejszą instrukcję obsługi, przechowywać ją w miejscu dostępnym dla innych użytkowników i przestrzegać podanych w niej wskazówek.**

## **Drodzy Klienci!**

Cieszymy się, że zdecydowali się Państwo na zakup naszego produktu. Firma Beurer oferuje dokładnie przetestowane produkty wysokiej jakości przeznaczone do pomiaru wagi, ciśnienia krwi, temperatury ciała i tętna, do łagodnej terapii, masażu, ogrzewania i nawilżania powietrza, a także urządzenia do pielęgnacji urody i ułatwiające opiekę nad dziećmi.

Z poważaniem  
Zespół Beurer

## **Spis treści**

1. Informacje ogólne .....	141	7. Uruchomienie .....	150
2. Zawartość opakowania .....	142	8. Zastosowanie .....	152
3. Objasnienie symboli .....	143	9. Czyszczenie i konserwacja.....	154
4. Uzytkowanie zgodne z przeznaczeniem.....	144	10. Rozwiazywanie problemow .....	154
5. Ostrzezenia i zasady bezpieczenstwa.....	145	11. Utylizacja .....	155
6. Opis urzadzenia.....	149	12. Dane techniczne.....	156
		13. Gwarancja/serwis .....	156

# 1. Informacje ogólne

## Dlaczego sen jest tak ważny?

Spokojna noc z wystarczającą ilością snu ma ogromne znaczenie dla dobrego samopoczucia fizycznego i psychicznego. Dzieje się tak m.in. dlatego, że podczas snu przetwarzamy nowe doświadczenia oraz wzmacniamy kondycję duchową i fizyczną. Urządzenie ułatwiające zasypianie SL 10 DreamLight firmy beurer zostało zaprojektowane specjalnie z myślą o ułatwieniu procesu zasypiania.

Urządzenie wyświetla kolorowy, pulsujący krąg świetlny na suficie pokoju. Człowiek oddycha zgodnie z wyświetlanym światłem i uspokaja się.

Można wybrać jedną z 2 różnych technik oddychania („RELAX” oraz „4-7-8”).

## Dlaczego tak trudno nam zasnąć?

Jeśli musimy zmierzyć się ze stresem i stanami lękowymi, nasz autonomiczny układ nerwowy przechodzi w stan alarmowy. Do ciała uwolniony zostaje hormon stresu – kortyzol, który hamuje produkcję hormonu snu – melatoniny, co z kolei powoduje bezsenność.

Urządzenie ułatwiające zasypianie pozwala na przywrócenie stanu równowagi autonomicznego układu nerwowego. Spokojne wdychanie i wydychanie powietrza w rytmie światła odwraca nas od naszych myśli i ogranicza aktywność mózgu. Zwiększa się ilość tlenu we krwi, wydzielanie kortyzolu obniża się i zwiększa się produkcja hormonu snu, melatoniny. Skraca to i ułatwia proces zasypiania.

## 2. Zawartość opakowania

Zestaw należy sprawdzić pod kątem zewnętrznych uszkodzeń kartonowego opakowania oraz kompletności zawartości. Przed użyciem należy się upewnić, że urządzenie ani akcesoria nie mają widocznych uszkodzeń, a wszelkie elementy opakowania zostały usunięte. W razie wątpliwości zaprzestać używania urządzenia i zwrócić się do dystrybutora lub napisać na podany adres działu obsługi klienta.




- 1 x urządzenie ułatwiające zasypianie
- 1 x nóżka
- 2 x baterie AAA



### 3. Objaśnienie symboli

Na urządzeniu, w instrukcji obsługi, na opakowaniu i tabliczce znamionowej urządzenia zastosowano następujące symbole:

	Należy przeczytać instrukcję obsługi	 <b>Wskazówka</b>	Ważne informacje
 <b>OSTRZEŻENIE</b>	Ostrzeżenie przed niebezpieczeństwem utraty zdrowia lub odniesienia obrażeń ciała	 <b>UWAGA</b>	Uwaga dotycząca bezpieczeństwa wskazująca na możliwość uszkodzenia urządzenia lub akcesoriów
	Producent	 <b>PAP</b> 	Opakowanie zutilizować w sposób przyjazny dla środowiska
	Niniejszy produkt spełnia wymagania obowiązujących dyrektyw europejskich i krajowych		Oznakowanie certyfikacyjne produktów eksportowanych do Federacji Rosyjskiej oraz państw WNP

	<p>Utylizacja zgodnie z dyrektywą WE o zużytych urządzeniach elektrycznych i elektronicznych – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment)</p>		<p>Baterii zawierających szkodliwe substancje nie należy wyrzucać z odpadami z gospodarstwa domowego</p>
	<p>Prąd stały</p>		

## 4. Użytkowanie zgodne z przeznaczeniem

### OSTRZEŻENIE

Urządzenie ułatwiające zasypianie można używać wyłącznie u ludzi. Nie należy stosować urządzenia w przypadku zwierząt. Urządzenie ułatwiające zasypianie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego/prywatnego w zamkniętych pomieszczeniach. Urządzenie nie jest przeznaczone do użytku medycznego bądź komercyjnego. Urządzenie nie służy do użytku podczas terapii, szczególnie w przypadku zaburzeń snu uwarunkowanych stanem zdrowia. Urządzenie ułatwiające zasypianie może być używane wyłącznie w celu, w jakim zostało zaprojektowane i w sposób określony w niniejszej instrukcji obsługi. Użycie niezgodne



z przeznaczeniem może być niebezpieczne! Producent nie ponosi odpowiedzialności za szkody wynikające z niewłaściwego użytkowania urządzenia.

## 5. Ostrzeżenia i zasady bezpieczeństwa



### OSTRZEŻENIE

- Urządzenie i jego opakowanie należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Istnieje ryzyko uduszenia!
- Urządzenie może być obsługiwane przez osoby z ograniczoną sprawnością fizyczną, ruchową i umysłową lub brakiem doświadczenia i wiedzy tylko wtedy, gdy znajdują się one pod nadzorem lub otrzymały instrukcje dotyczące bezpiecznego korzystania z urządzenia i są świadome zagrożeń wynikających z jego użytkowania.
- Dzieciom nie wolno bawić się urządzeniem.
- Dzieciom nie wolno czyścić ani konserwować urządzenia bez nadzoru osoby dorosłej.
- **W następujących przypadkach przed użyciem urządzenia należy skonsultować się z lekarzem prowadzącym:**
  - Zaburzenia napadowe, np. epilepsja lub astma
  - Choroba autonomicznego układu nerwowego
  - Niskie ciśnienie krwi

- **Jeśli podczas użytkowania wystąpią zawroty głowy, nudności, panika lub kołatanie serca, należy natychmiast zaprzestać używania urządzenia i wyłączyć je.**
- Nigdy nie patrzeć bezpośrednio w źródło światła w urządzeniu.
- W razie wątpliwości co do wpływu terapii na zdrowie zawsze zasięgnąć porady lekarza!
- Urządzenie należy chronić przed wstrząsami, wilgocią, kurzem, chemikaliami, dużymi wahaniami temperatury, bezpośrednim promieniowaniem słonecznym, kroplami wody, piaskiem i znajdującymi się zbyt blisko źródłami ciepła (np. piecem, grzejnikiem).
- Nie zanurzać urządzenia w wodzie ani innych cieczach.

## **Ogólne wskazówki dotyczące postępowania z bateriami**



### **OSTRZEŻENIE**

- Jeśli dojdzie do kontaktu elektrolitu ze skórą lub oczami, należy przemyć podrażnione miejsca wodą i skontaktować się z lekarzem.
- Jeśli z baterii wyciekł elektrolit, należy założyć rękawice ochronne i wyczyścić komorę baterii suchą szmatką.
- Baterie należy chronić przed nadmiernym działaniem wysokiej temperatury.
- Zagrożenie wybuchem! Nie wrzucać baterii do ognia.

- Niebezpieczeństwo połknięcia! Małe dzieci mogą połknąć baterie i udusić się nimi. Dlatego należy przechowywać baterie w miejscach niedostępnych dla dzieci!
- Należy zwrócić uwagę na znaki polaryzacji plus (+) i minus (-).
- Nie ładować ani nie zwierać baterii.
- W przypadku niekorzystania z urządzenia przez dłuższy czas należy wyjąć baterie z komory.
- Należy używać tylko tego samego lub równoważnego typu baterii.
- Zawsze należy wymieniać jednocześnie wszystkie baterie.
- Nie używać akumulatorów!
- Nie rozmontowywać, nie otwierać ani nie rozdrabniać baterii.



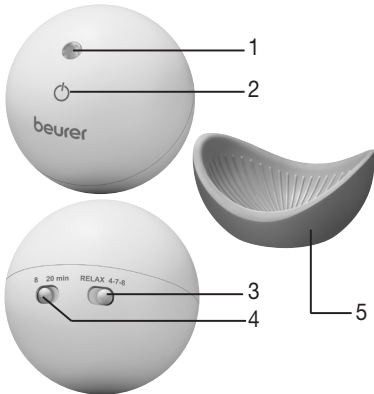
## **UWAGA**

- W żadnym wypadku nie wolno otwierać urządzenia. Nie należy samodzielnie naprawiać urządzenia. Grozi to poważnymi obrażeniami. Nieprzestrzeganie powyższych zasad powoduje utratę gwarancji.
- W celu naprawy należy zwrócić się do serwisu lub autoryzowanego dystrybutora.
- Urządzenie należy chronić przed upadkiem. Nie rzucać urządzeniem. Należy chronić urządzenie przed uderzeniami i oddziaływaniem dużej siły.

- Z urządzenia można korzystać w temperaturze otoczenia wynoszącej od 10°C do 40°C. Ten sam zakres temperatur dotyczy przechowywania. Wyższa lub niższa temperatura może spowodować uszkodzenie urządzenia.

## 6. Opis urządzenia

1. Wylot światła
2. Przycisk włączania/ wyłączenia
3. Regulator techniki oddychania
4. Regulator automatycznego wyłączenia
5. Nóżka

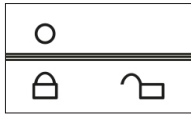
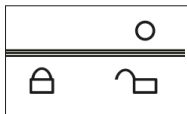


# 7. Uruchomienie

## Wkładanie baterii

Przed pierwszym uruchomieniem urządzenia ułatwiającego zasypianie należy włożyć w urządzenie dwie dostarczone baterie AAA. W tym celu wykonać następujące czynności:

1. Obrócić górną połowę urządzenia w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Zdjąć górną połowę.
2. Włożyć dwie dostarczone baterie AAA do dolnej połowy urządzenia zgodnie z ilustracją. Upewnić się, że bieguny baterii (+/-) są prawidłowo skierowane.
3. Nałożyć górną połowę urządzenia na dolną i obrócić górną połowę w kierunku ruchu wskazówek zegara, aż do odczuwalnego zatrzaśnięcia.



## Wybrać technikę oddychania

Można wybrać technikę oddychania „RELAX” lub „4-7-8”. W zależności od wybranej techniki oddychania światło pulsuje w różnych rytmach.

Należy oddychać zgodnie z wyświetlanym światłem.

Krąg świetlny zwiększa się: Wdech przez nos.

Krąg świetlny zmniejsza się: Wydech przez usta.

Dodatkowo w przypadku techniki oddychania „4-7-8” –

Krąg świetlny nie porusza się: Wstrzymać oddech.

Należy wybrać odpowiednią technikę oddychania za pomocą regulatora techniki oddychania (znajdującego się z tyłu urządzenia).

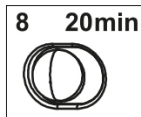


- Technika oddychania **Relax** (40% wdychania; 60% wydychania):  
Częstotliwość oddechów zostaje stopniowo ograniczona z większej częstotliwości do 6 oddechów na minutę. Oznacza to 4 sekundy wdychania i 6 sekund wydychania.
- Technika oddychania **4-7-8** (znana metoda wykorzystywana podczas medytacji i w jodze):  
4 sekundy wdechu, 7 sekund wstrzymania oddechu, 8 sekund wydechu.

## Wybór automatycznego wyłączenia


Urządzenie jest wyposażone w automatyczne wyłączenie. Po upływie czasu światło urządzenia automatycznie się wyłącza.



Należy wybrać odpowiedni czas działania (8 lub 20 minut) za pomocą regulatora automatycznego wyłączenia (znajdującego się z tyłu urządzenia).



## 8. Zastosowanie

### Rozpoczęcie użytkowania

1. Umieścić urządzenie na nóżce.
2. Umieścić nóżkę w zasięgu ręki na podwyższeniu (np. na stoliku nocnym).
3. Zaciemnić pomieszczenie.
4. Aby włączyć urządzenie, dotknąć przycisku dotykowego . Lampa urządzenia zaczyna emitować światło w kolorze czerwonym. Można wybierać między czerwonym a niebieskim światłem.

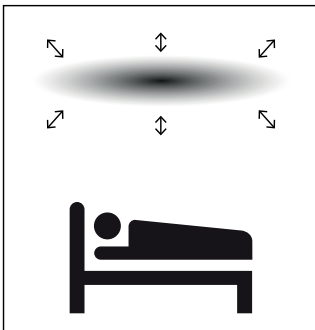
Naciśnięcie przycisku  1 raz	światło zmienia kolor na czerwony
Naciśnięcie przycisku  2 razy	światło zmienia kolor na niebieski



Naciśnięcie przycisku  3 razy

światło wyłącza się

5. Należy skierować światło na sufit pokoju tak, aby można było przy tym wygodnie spać.
6. Popatrzeć na światło. Oddychać w rytmie światła i zrelaksować się.



## 9. Czyszczenie i konserwacja



### OSTRZEŻENIE

- Urządzenia NIE można prać w pralce ani myć w zmywarce. Do czyszczenia nie używać środków chemicznych ani środków o działaniu ściągającym.
- Urządzenie należy czyścić miękką, lekko zwilżoną ściereczką. W przypadku silniejszego zabrudzenia ściereczkę można również zwilżyć wodą z mydłem.

## 10. Rozwiązywanie problemów

Problem	Możliwa przyczyna	Rozwiązanie
Nie można włączyć urządzenia	Zużyte baterie	Włożyć nowe baterie
Światło świeci się słabo	Baterie prawie wyczerpane	Włożyć nowe baterie
Nie można włączyć urządzenia pomimo włożenia nowych baterii	Urządzenie jest uszkodzone	Skontaktować się z działem obsługi klienta

# 11. Utylizacja

W związku z wymogami w zakresie ochrony środowiska nie należy wyrzucać urządzenia po zakończeniu eksploatacji wraz z odpadami domowymi. Należy oddać je do utylizacji w odpowiednim punkcie zbiórki. Urządzenie należy zutylizować zgodnie z dyrektywą WE o zużytych urządzeniach elektrycznych i elektronicznych – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). W razie pytań zwrócić się do właściwej lokalnej instytucji odpowiedzialnej za utylizację.



- Zużyte, całkowicie rozładowane baterie należy wyrzucić do specjalnie oznakowanych pojemników zbiorczych, przekazać do punktów zbiórki odpadów specjalnych lub do sklepu ze sprzętem elektrycznym. Użytkownik jest zobowiązany do utylizacji baterii zgodnie z przepisami.
- Na bateriach zawierających szkodliwe związki znajdują się następujące oznaczenia:


Pb = bateria zawiera ołów,

Cd = bateria zawiera kadm,

Hg = bateria zawiera rtęć.



## 12. Dane techniczne

Typ	SL 10
Numer artykułu	677.65
Masa	ok. 200 g (bez baterii)
Baterie	2 x 1,5 V  baterie AAA LR03
Wymiary urządzenia z nóżką	7,6 x 7,1 x 7 cm
Żywotność baterii	ok. 50 h
Optymalny odstęp od sufitu	2 m

Zastrzega się prawo do zmian technicznych.

## 13. Gwarancja/serwis

Firma Beurer GmbH, Söflinger Straße 218, D-89077 Ulm (zwana dalej „Beurer”) udziela gwarancji na ten produkt na następujących warunkach i w poniżej opisanym zakresie.

**Poniższe warunki gwarancji nie naruszają ustawowych zobowiązań gwarancyjnych sprzedającego wynikających z umowy kupna zawartej z kupującym. Gwarancja obowiązuje również w sposób nienaruszający bezwzględnie obowiązujących przepisów dot. odpowiedzialności.**

Firma Beurer gwarantuje bezawaryjne działanie oraz kompletność niniejszego produktu.

Obowiązujący na całym świecie okres gwarancji obejmuje 3 lata/lat, licząc od zakupu nowego, nieużywanego produktu przez kupującego.

Niniejsza gwarancja dotyczy tylko produktów nabytych przez kupującego jako konsumenta wyłącznie w celach prywatnych w ramach użytku domowego. Obowiązuje niemieckie prawo.

Jeśli w okresie obowiązywania gwarancji produkt zostanie uznany za niekompletny lub wadliwy w działaniu zgodnie z poniższymi postanowieniami, firma Beurer bezpłatnie wymieni go lub naprawi zgodnie z niniejszymi warunkami gwarancji.

**Jeśli kupujący chce zgłosić reklamację gwarancyjną, najpierw kontaktuje się z lokalnym dealerem: patrz załączona lista „Service International” z adresami serwisowymi.**

Następnie kupujący otrzymuje dalsze informacje dot. rozpatrywania reklamacji gwarancyjnej, np. gdzie wysłać produkt i jakie dokumenty są wymagane.

Roszczenie z tytułu gwarancji będzie rozpatrywane tylko wtedy, gdy kupujący może przedłożyć

- kopię faktury/paragon zakupu oraz
- oryginalny produkt

firmie Beurer lub autoryzowanemu partnerowi firmy Beurer.

Niniejsza gwarancja wyraźnie nie obejmuje:

- zużycia wynikającego z normalnego użytkowania lub zużywania się produktu;
- dostarczanych z tym produktem akcesoriów, które zużywają się lub ulegają zużyciu podczas prawidłowego użytkowania (np. baterii, akumulatorów, mankietów, uszczelek, elektrod, źródeł światła, nakładek i akcesoriów inhalatora);
- produktów, które były używane, czyszczone, przechowywane lub konserwowane w niewłaściwy sposób i/lub niezgodnie z treścią instrukcji obsługi, a także produktów, które zostały otwarte, naprawione lub zmodyfikowane przez kupującego lub centrum serwisowe nieautoryzowane przez firmę Beurer;
- uszkodzeń powstałych podczas transportu między producentem a klientem lub między centrum serwisowym a klientem;
- produktów, które zostały zakupione jako artykuły grupy B („B-Ware”) lub jako artykuły używane;

- szkód następnych, które wynikają z wady tego produktu (w tym przypadku mogą jednak istnieć roszczenia z tytułu odpowiedzialności za produkt lub wynikające z innych bezwzględnie obowiązujących przepisów prawa dot. odpowiedzialności).

Naprawy lub całkowita wymiana w żadnym wypadku nie przedłużają okresu gwarancji.



Beurer GmbH • Söflinger Str. 218 •  
89077 Ulm (Germany)

- [www.beurer.com](http://www.beurer.com)
- [www.beurer-gesundheitsratgeber.de](http://www.beurer-gesundheitsratgeber.de)
- [www.beurer-healthguide.com](http://www.beurer-healthguide.com)



677.65\_SL10DreamLight\_2020-01-31\_04\_IM1\_BEU