



[www.philips.com](http://www.philips.com)



4222.002.7566.1



Register your product and get support at

Enregistrez votre produit et obtenez de l'assistance sur le site

[www.philips.com/welcome](http://www.philips.com/welcome)

HF3318



**PHILIPS**

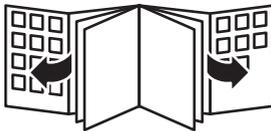
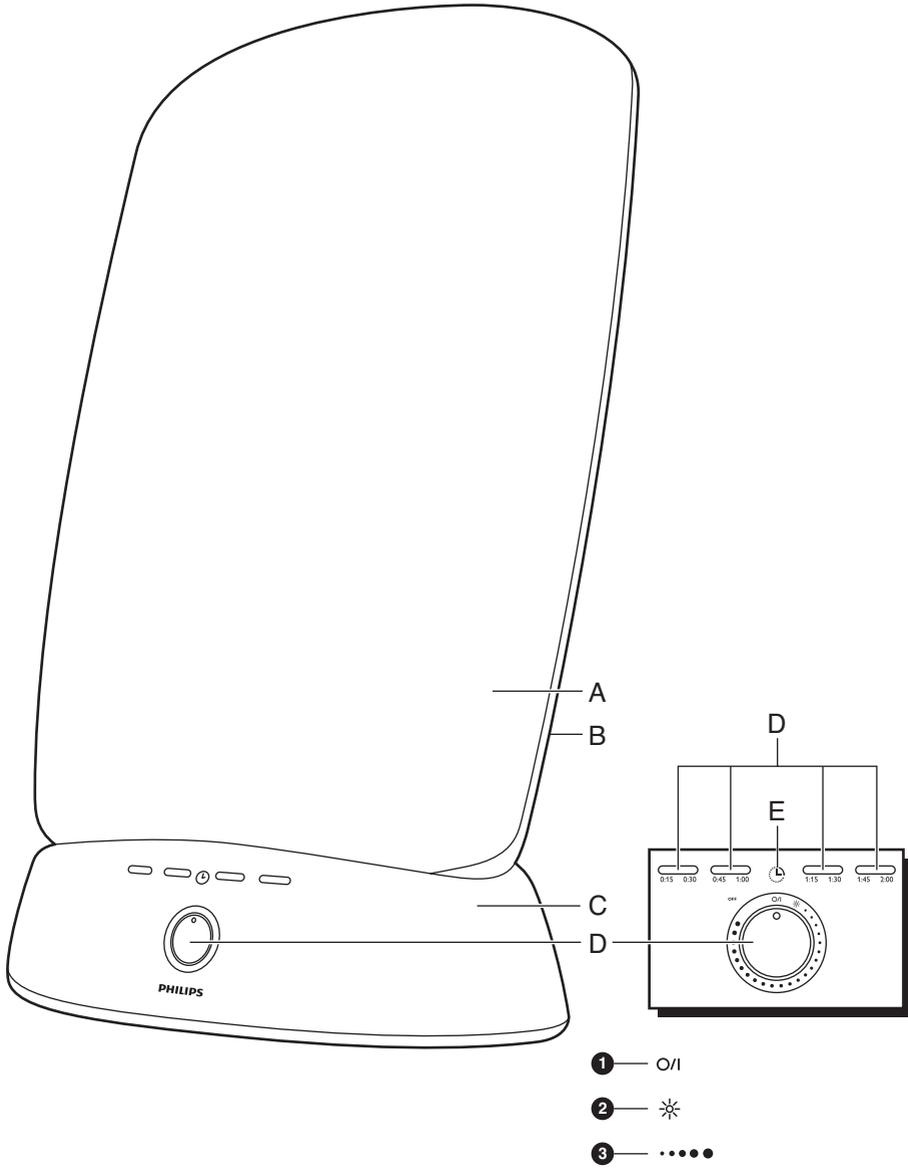
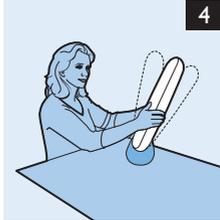
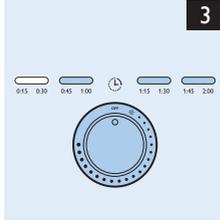
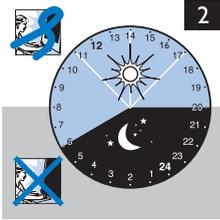


Fig. 1









**ENGLISH** 6  
**FRANÇAIS (CANADA)** 14

**HF3318**

# IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

Read this user manual carefully before you use the appliance and save it for future reference.

## **WARNING** (a warning indicates the possibility of injury to the user or operator)

- Water and electricity are a dangerous combination. Do not use this appliance in wet surroundings (e.g. in the bathroom or near a shower or swimming pool).
- Check if the voltage indicated on the appliance corresponds to the local voltage before you connect the appliance.
- If the power cord is damaged, do not use the appliance. Call 1-866-832-4361 for assistance.
- Close supervision is necessary when this appliance is used by, or near children or invalids.
- Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
- No modification of this appliance is allowed.
- Never use the appliance if the lamp housing or cover is damaged, broken or missing.
- Do not use the appliance in a room that is not illuminated by any other lamp, as this may cause eyestrain. Use the light of this appliance as an addition to the normal light (sunlight, electric light) in your home.
- Do not look straight into the light too long, as this may be uncomfortable for your eyes.
- Consult your doctor before you start using the Philips EnergyLight if:
  - 1 you suffer or have suffered from severe depression;
  - 2 you are hypersensitive to light (e.g. due to diabetes or epilepsy);
  - 3 you have an eye complaint;
  - 4 you are on specific medication (i.e. certain antidepressants, psychotropic drugs or malaria tablets);
  - 5 you have high blood pressure.
- If use of the appliance causes you to become too active, we advise you to reduce the exposure to bright light. If there is no improvement, consult your doctor.
- If you feel exhausted, distressed or restless and/or suffer from sleeping problems (e.g. insomnia) after you have used the appliance, we advise you to consult your doctor.

## **Caution** (a caution indicates the possibility of damage to the appliance)

- Always unplug the appliance after use.
- Place the appliance on a stable, level and non-slippery surface.
- Do not place any object on top of appliance.
- When unplugging the appliance, grasp the plug directly to avoid damaging the cord. Never pull on the power cord to remove the plug from the outlet.
- Use this appliance for its intended household use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by Philips Electronics North America Corporation.
- If this appliance is damaged in any way or it is not working, it should not be operated. Please visit [philips.com/support](http://philips.com/support) or call 1-866-832-4361 for assistance.

## **Contraindications**

- The EnergyLight may not be suitable for use on individuals who use photosensitizing medications, who have had cataract surgery, who have pre-existing eye conditions (also possibly due to diabetes or high blood pressure), or who have bipolar disorder.

### General

- The duration of the light exposure depends on the distance at which the appliance is used. See chapter 'Using the appliance' for the appropriate distance and duration.
- After the first few light exposures, you may experience some eye strain and/or a light headache. These side effects tend to disappear quickly.
- Learn more about your EnergyLight at [www.lighttherapy.com](http://www.lighttherapy.com)

## SAVE THESE INSTRUCTIONS

### Safety and compliance

- This appliance meets the requirements of the safety standard for medical devices ANSI AAMI ES60601-1:2005 and CAN/CSA-C22.2 No. 60601-1:2008.
- This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

### Symbol key

The following symbols may appear on the appliance:

Symbol	Description
	Consult the user manual supplied
HF3318	Model number
	UL Listing Mark for Canada and the United States
O/I	Off/On
	Class II equipment
	Philips Shield
YYYYWW	Date Code

**IMPORTANT:** This product contains mercury-containing lamp, which must be recycled or disposed of in accordance with local, state or federal laws. Go to <http://www.recycle.philips.com/> for more information.

**Introduction**

Congratulations on your purchase and welcome to Philips! To fully benefit from the support that Philips offers, register your product at [www.philips.com/welcome](http://www.philips.com/welcome). The Philips EnergyLight is intended to make people feel more energetic and to provide mood relief from the winter blues. If you suffer from severe mood swings or depression make sure to consult a professional and do not use this device for self treatment. The EnergyLight is suitable for both light exposures and normal lighting.

**Light and health**

The human body uses light cues, such as those provided by the sun, to time certain functions. Light exposure can boost mood and energy. Light has direct alerting and energizing effects and can improve our performance. Bright light therapy is also successfully used for mood relief, especially for seasonal mood swings.

In countries with long winters, many people experience loss of energy and low spirits due to lack of light. These symptoms are referred to as the winter blues. They typically start in the fall and may last for several weeks. Exposure to bright light sources can help alleviate these symptoms and restore the summer mood and summer energy level.

Many people are troubled by one or more symptoms of the winter blues. Many health experts agree that the winter blues can be counteracted by exposure to bright light. 'Bright light' means daylight with a certain intensity. In winter, the light intensity is often much lower than in summer: on a gloomy winter day the light intensity varies between 2,500 and 10,000 lux, whereas this may be as much as 100,000 lux on a bright summer day. Moreover, in winter most people spend a lot of time indoors, either at home or at work, where artificial light often has an intensity of as little as 500 lux and sometimes even less. Together with scientists and medical specialists in the field of winter blues treatment, Philips has developed this special lighting appliance. This appliance allows you to safely get the amount of light you need to help fight winter blues. Taking light exposures is generally accepted as one of the safest and most effective ways of fighting the winter blues.

**General description (Fig. 1)**

- A Energy lamp
- B Lamp housing with angle adjustment
- C Base
- D On/off dial and light exposure time indicator
  - ① On/off symbol
  - ② Light symbol
  - ③ Light intensity settings from low to high
- E Light exposure time symbol

**Using the appliance**

- It is advisable to start using the EnergyLight as soon as you feel the winter blues coming on or when you feel like you need extra light.
- Preferably take your light exposures between 6 o'clock in the morning and 8 o'clock in the evening. (Fig. 2)
- Visit [www.lighttherapy.com](http://www.lighttherapy.com) for a free assessment and to customize a light exposure time schedule just for you.

**Duration and intensity**

Duration of daily exposure depends on the distance to the appliance and the intended use. The longer the selected distance, the longer is the effective duration. For helping winter blues the best results are expected for following combinations of duration and intensity: 30 minutes at 10000 lux (6-8 in./15-20 cm), 60 minutes at 5000 lux (approx. 12in./cca 30

cm), 120 minutes at 2500 lux (approx. 20in./cca 50 cm). For simply boosting your energy, longer distances at same exposure times may provide you with sufficient light.

### Timing

Using the EnergyLight at any time of day directly affects your alertness. The best time to use it is in the morning. Do not use the EnergyLight late in the evening. If you use within 2 hours of going to bed, it could disrupt your sleep.

- If you find it difficult to get up each day without an alarm clock or if you often sleep in, you need morning light. Use the EnergyLight within the first hour or two after waking up.
- If you find it difficult to stay awake in the late evening and wake up too early in the morning, you need evening light. Use the EnergyLight before you start to feel drowsy.
- If mornings or evenings do not seem to be the problem, but you feel generally tired during the day, then the time at which you use the EnergyLight is not as important. You can use the EnergyLight in the morning or around midday. For example, when you wake up in the morning, use it for 15 to 30 minutes and then again at midday or in the evening for approximately the same amount of time. Place the EnergyLight further away from you during the evening session. Do not use the EnergyLight within two hours of your desired bedtime or you may not be able to fall asleep.

**1** Place the appliance on a level surface such as a counter, table or desk.

**2** Put the plug in the electrical outlet.

**3** To switch on the appliance, turn the on/off dial clockwise to the light intensity you prefer

### Light exposure time indicator

The light exposure time indicator shows how long you have been using the appliance.

- When you switch on the appliance, the LEDs go on in quick succession to show how the LED sequence is built up. Then the first LED lights up at half intensity during the first 15 minutes (Fig. 3).
- At the end of the first 15 minutes, the first LED is on at full intensity and the second LED goes on at half intensity.
- After 2 hours, all 8 LEDs light up at full intensity until you switch off the appliance.

*Note: The LEDs only show the light exposure time that has passed. You do not have to take any action when the LEDs go on.*

**4** Position yourself near the appliance and turn the screen so that you can comfortably look in the direction of the light (Fig. 4).

Make sure there is a distance between your face and the screen of 6-20in./15 to 50cm.

- You do not need to sit right in front of the appliance
- You do not have to take the whole light exposure without interruption. If it suits your schedule better, you can interrupt your light exposure and continue later.

**5** Look into the light every now and then.

Do not look into the light continuously. You can simply engage in other activities such as reading, writing, embroidering or handicraft while taking a light exposure and look into the light every now and then.

**6** Repeat the light exposures until you feel better.

Generally, improvements occur within 1 week.

You may repeat the light exposure as often as you like during the dark period of the year. Take a light exposure on at least 5 successive days.

**7** After use, turn the on/off dial counterclockwise to switch off the appliance.

*Note: Do not turn the on/off dial clockwise to the OFF setting.*

**8** Remove the plug from the wall outlet.

### Cleaning

Never use scouring pads, abrasive cleaning agents or aggressive liquids such as gas or acetone to clean the appliance.

Do not let water run into the appliance or spill water onto the appliance (Fig. 5).

- 1 Switch off the appliance, unplug from outlet and let it cool down.
- 2 Clean the outside of the appliance with a damp cloth (Fig. 6).

This appliance has no other user-serviceable parts. For assistance call 1-866-832-4361.

### Storage

- If the appliance will not be used for an extended period of time, remove cord from outlet and store in a safe, dry location where it will not be crushed, banged, or subject to damage.

### Disposal

- Dispose of the device in accordance with local regulations.
- Your local or national recycling organizations may also have disposal information.
- For assistance go to [www.recycle.philips.com](http://www.recycle.philips.com) or call 1-866-832-4361.

### Assistance

For assistance: visit our website: [www.philips.com/energylight](http://www.philips.com/energylight) or call toll free 1-866-832-4361

### 45-Day Money-Back Guarantee

If you are not fully satisfied with your Philips EnergyLight, send the product back along with the original dated sales receipt and we will refund you the full purchase price. The EnergyLight must be shipped prepaid by insured mail, insurance prepaid, and have the original sales receipt, indicating purchase price and the date of purchase, enclosed. We cannot be responsible for lost mail. The EnergyLight must be postmarked no later than 45 days after the date of purchase. Philips reserves the right to verify the purchase price of the EnergyLight and limit refunds not to exceed suggested retail price. To obtain Money-Back Guarantee Return Authorization Form, call 1-866-832-4361. Please allow 4-6 weeks for delivery of the check.

### Full Two-Year Warranty

Philips Electronics North America Corporation (USA) and Philips Electronics Ltd (CANADA) warrant each new Philips product, model HF3318 against defects in materials or workmanship for a period of two years from the date of purchase, and agree to repair or replace any defective product without charge. **IMPORTANT:** This warranty does not cover damage resulting from accident, misuse or abuse, lack of reasonable care, or the affixing of any attachment not provided with the product. **NO RESPONSIBILITY IS ASSUMED FOR ANY SPECIAL, INCIDENTAL OR CONSEQUENTIAL DAMAGES.** In order to obtain warranty service, simply call toll-free 1-866-832-4361.

In US Manufactured for: Philips Consumer Lifestyle, A Division of Philips Electronics North America Corporation, P.O. Box 10313, Stamford, CT 06904

In Canada Imported for: Philips Electronics LTD, 281 Hillmount Road, Markham, Ontario L6C 2S3

Trademarks owned by the Philips Group.  
© 2010 Koninklijke Philips Electronics N.V. All Rights Reserved.

**Technical specification**

<b>Model</b>	<b>HF3318</b>
Rated voltage	120V
Rated frequency	60Hz
Rated input	75W
Classification	Not classified
Ingress of water	IPX0

**Operating conditions**

Temperature	+10°C (+50°F) to +30°C (+90°F)
Relative humidity	from 30% to 90%

**Storage conditions**

Temperature	from -20°C (-4°F) to +50°C (+122°F)
Relative humidity	from 30% to 90% (no condensation)

**Transport conditions**

Temperature	from -20°C (-4°F) to +50°C (+122°F)
Relative humidity	from 30% to 90% (no condensation)

Circuit diagrams, component part lists and other technical descriptions are available on request. As user of this appliance, you should take measures to prevent the occurrence of electromagnetic interference or other types of interference between this appliance and other appliances.

**Frequently asked questions**

This chapter lists the questions most frequently asked about the appliance. If you cannot find the answer to your question, visit [philips.com/EnergyLight](http://philips.com/EnergyLight) or call 1-866-832-4361 for assistance.

<b>Question</b>	<b>Answer</b>
Can I look directly at the appliance when it is switched on?	Yes, you can look into the light every now and then, but we advise you not to look into the light continuously. It is sufficient to sit close to the lamp.
Are there any side effects to using the EnergyLight?	During the first few days of use, some people may experience minor headaches, nausea, irritability or strained or watery eyes. These symptoms generally disappear within a few days. If not, consult your doctor before you proceed with your light exposure.

## 12 ENGLISH

Question	Answer
How often should I use the EnergyLight?	We recommend that you start taking daily light exposures for 5 to 7 days in a row, preferably in the morning. Most people start to feel more energetic within 5 days. If you do not notice any improvement within that time, continue using the EnergyLight for another 7 to 14 days and make the exposures longer. Do not give up too soon, since it may take up to 2 weeks before you notice any significant improvement. However, if using the EnergyLight causes you to become too active, we advise you to reduce the light exposure.
Can I use the EnergyLight if I am on medication?	If you are on prescribed medication, we advise you to consult your doctor first before you use the EnergyLight or use any other form of light. Certain medicines cannot be used in combination with light exposure. Anti-depressants combined with light exposure may result in eye damage.
Can I use the EnergyLight if I have eye problems?	If you have eye problems, you should consult your doctor or ophthalmologist before you use the EnergyLight or undergo any other form of light exposure. There are certain eye and eye-related conditions that may respond unfavorably to light.
Can I use the EnergyLight if I have a skin allergy?	If you are allergic to light or have a diagnosed chronic skin disease, it is safest to consult your doctor before you use the EnergyLight or undergo any other form of light.
Can I use the EnergyLight during pregnancy?	Yes, there are no known side effects from using the EnergyLight during pregnancy.
Can I use the EnergyLight if I am allergic to light?	If you are allergic to light, we recommend that you consult your doctor before you use the EnergyLight or use any other form of light.
Is it harmful to sit in front of a switched-on EnergyLight for a prolonged period of time?	No, using the EnergyLight longer than the recommended time is not harmful. However, do not use the light after 8 p.m.
Do I have to wear any sunscreen lotion?	No, the EnergyLight is not a tanning device. It has a special screen that filters out all UV rays; it is therefore safe for your skin and does not give you a tan. If you use the EnergyLight in accordance with the instructions in the user manual, you do not have to worry about tanning or other skin reactions.



# IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Lisez attentivement ce mode d'emploi avant d'utiliser l'appareil et conservez-le pour un usage ultérieur

## AVERTISSEMENT (une mise en garde indique un risque de blessure pour l'utilisateur ou l'opérateur)

- L'eau et l'électricité forment une dangereuse combinaison. N'utilisez pas cet appareil près de l'eau (par exemple, dans la salle de bain ou près d'une piscine).
- Avant de brancher l'appareil, vérifiez si la tension qui y est indiquée correspond à celle du réseau électrique local.
- Si le câble d'alimentation est endommagé, n'utilisez pas l'appareil. Pour obtenir de l'aide, composez le 1 866 832-4361.
- Une surveillance attentive est nécessaire lorsque ce produit est utilisé par ou à proximité d'enfants ou de personnes handicapées.
- Les enfants doivent être surveillés pour s'assurer qu'ils ne s'amuse pas avec l'appareil.
- Toute modification de cet appareil est interdite.
- N'utilisez pas l'appareil si le boîtier de la lampe ou le couvercle est endommagé, cassé ou manquant.
- Pour éviter la fatigue oculaire, n'utilisez pas l'appareil dans une pièce qui n'est pas éclairée par une autre lampe. Cette lampe doit être utilisée à l'intérieur sous un éclairage normal (lumière du soleil ou éclairage artificiel).
- Éviter de fixer la lumière émise par la lampe afin de ne pas fatiguer vos yeux.
- Avant d'utiliser Philips EnergyLight, consultez votre médecin si :
  - 1 vous souffrez ou avez souffert d'une grave dépression;
  - 2 vous êtes hypersensible à la lumière (p. ex., en raison du diabète ou de l'épilepsie);
  - 3 vous souffrez de troubles oculaires;
  - 4 vous prenez certains médicaments (antidépresseurs, psychotropes ou antipaludéens);
  - 5 vous souffrez d'hypertension artérielle.
- Si l'utilisation de la lampe vous rend trop fébrile, réduisez votre exposition à la lumière intense. Si la lampe n'améliore pas votre état, consultez votre médecin.
- Si vous êtes épuisé, tourmenté, agité ou si vous faites de l'insomnie après avoir utilisé la lampe, consultez votre médecin.

## Mise en garde (un avertissement indique un risque de bris de l'appareil)

- Débranchez toujours l'appareil immédiatement après son utilisation.
- Placez l'appareil sur une surface stable, plane et non glissante.
- Ne placez pas d'objets sur l'appareil.
- Pour débrancher l'appareil, tirer sur la fiche et non sur le cordon pour éviter de l'abîmer. Ne jamais tirer sur le cordon d'alimentation pour sortir la fiche de la prise.
- Utilisez la lampe uniquement pour l'usage domestique auquel elle est destinée, tel que décrit dans le présent mode d'emploi. N'utilisez pas d'accessoires non recommandés par Philips Electronics North America Corporation.

**Contre-indications**

- La lumière énergie peut ne pas convenir aux personnes qui prennent des médicaments photosensibilisants, qui ont subi une chirurgie de la cataracte, qui ont des troubles de la vue (y compris ceux qui peuvent découler du diabète ou de la haute pression) ou qui ont un trouble bipolaire.

**Généralités**

- La durée d'exposition à la lampe dépend de la distance à laquelle celle-ci est utilisée. Pour connaître la distance et la durée d'exposition appropriées, reportez-vous à la section Utilisation de la lampe.
- Après les premières utilisations de la lampe, il est possible que vous ressentiez de la fatigue oculaire ou un léger mal de tête. Ces effets secondaires devraient disparaître rapidement.
- Pour en savoir davantage sur EnergyLight, visitez le site [www.lighttherapy.com](http://www.lighttherapy.com).

# CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

**Sécurité et conformité aux normes**

Cet appareil respecte les normes de sécurité concernant les appareils médicaux ANSI AAMI ES60601-1:2005 et CAN/CSA-C22.2 n° 60601-1:2008.

Cet appareil est conforme à la section 15 des règlements de la FCC. Son fonctionnement est assujéti aux deux caractéristiques suivantes : (1) cet appareil ne peut causer d'interférences dangereuses, et (2) cet appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris les interférences pouvant causer un fonctionnement indésirable.

**Symboles**

Les symboles suivants peuvent apparaître sur l'appareil :

Symbole	Description
	Consultez le mode d'emploi fourni
HF3318	Numéro de modèle
	Mark d'homologation UL pour le Canada et les États-Unis
O/I	Marche/arrêt
	Appareil de classe II
	Logo Philips
YYYYWW	Code date

**IMPORTANT: Ce produit possède une ampoule contenant du mercure. Cette ampoule doit être recyclée ou détruite selon les lois en vigueur. Rendez-vous sur <http://www.recycle.philips.com/> pour plus d'information.**

## 16 FRANÇAIS (CANADA)

### Introduction

Nous vous félicitons de votre achat et vous souhaitons la bienvenue chez Philips! Pour profiter pleinement du soutien de Philips, enregistrez votre produit à l'adresse [www.philips.com/welcome](http://www.philips.com/welcome). La lumière énergie Philips a été conçue pour hausser le niveau d'énergie et combattre la dépression saisonnière. Si vous souffrez d'importants changements d'humeur ou de dépression, consultez un professionnel de la santé; n'utilisez pas cet appareil pour tenter de vous soigner. EnergyLight convient aussi bien aux bains de lumière qu'à l'éclairage normal.

### Lumière et santé

Le métabolisme humain répond à la lumière, notamment à celle du soleil. L'exposition à la lumière peut améliorer le moral et le niveau d'énergie. La lumière a un effet direct sur l'éveil et l'énergie et peut hausser notre rendement. La luminothérapie est utilisée avec succès pour améliorer l'humeur, notamment en cas de dépression saisonnière.

Dans les pays où l'hiver est long, de nombreuses personnes voient leur moral et leur niveau d'énergie affectés par le manque de lumière. Il s'agit de la dépression saisonnière. Elle commence généralement à l'automne et peut durer plusieurs semaines. L'exposition à des sources de lumière vive peut contribuer à soulager ces symptômes et à restaurer l'humeur et l'énergie de l'été. Beaucoup de personnes présentent au moins l'un de ces symptômes. De nombreux professionnels de la santé s'accordent sur les bienfaits de l'exposition à la luminosité pour le traitement du blues hivernal. Par luminosité, ils entendent la lumière du jour d'une certaine intensité. En hiver, l'intensité lumineuse est souvent bien plus faible qu'en été : par une journée d'hiver grise, l'intensité lumineuse peut aller de 2 500 à 10 000 lux, alors que cette valeur peut atteindre 100 000 lux par une belle journée d'été. De plus, en hiver, la plupart des gens passent une grande partie de la journée à l'intérieur; que ce soit à la maison ou au travail, lieux où l'intensité de la lumière artificielle ne dépasse pas les 500 lux. En collaboration avec des scientifiques et des spécialistes du traitement du blues hivernal, Philips a développé ce dispositif d'éclairage spécial. Cet appareil vous procure en toute sécurité la quantité de lumière dont vous avez besoin pour vous aider à combattre le blues hivernal. Les bains de lumière sont reconnus comme une des méthodes les plus sûres et efficaces de lutter contre le blues hivernal.

### Description générale (Fig. 1)

- A Lampe EnergyLight
- B Corps de lampe avec angle réglable
- C Socle
- D Bouton marche/arrêt et indicateur de durée d'exposition
  - ① Symbole marche/arrêt
  - ② Symbole lumière
  - ③ Réglages de l'intensité lumineuse, de faible à élevée
- E Symbole de durée d'exposition

### Utilisation de la lampe

- Il est recommandé de commencer à utiliser EnergyLight dès les premiers symptômes de blues hivernal, ou lorsque vous sentez que vous manquez de lumière.
- Utilisez la lampe de préférence entre 6 h et 20 h. (Fig. 2)
- Pour obtenir une évaluation sans frais et un horaire d'exposition adapté à vos besoins, visitez le site [www.lighttherapy.com](http://www.lighttherapy.com).

### Durée et intensité de l'exposition

La durée d'exposition quotidienne dépend de la distance entre l'appareil et l'utilisateur et de l'effet recherché. La durée d'exposition est étroitement liée à la distance à laquelle vous vous placez de l'appareil.

En cas de dépression saisonnière, utilisez les combinaisons suivantes pour de meilleurs résultats : 30 minutes à 10 000 lux (6-8 po/15-20 cm), 60 minutes à 5 000 lux (environ 12 po/30 cm), 120 minutes à 2 500 lux (environ 20 po/50 cm). Si vous recherchez un simple regain d'énergie, il peut suffire d'utiliser les mêmes durées tout en se tenant plus loin.

### Moments d'utilisation

L'horaire des séances a un effet direct sur l'état d'éveil. Il est préférable d'utiliser l'appareil le matin. Ne pas utiliser la lumière énergie tard le soir. L'utilisation de l'appareil dans les deux heures précédant le coucher peut perturber le sommeil.

Si vous avez du mal à vous lever le matin sans réveille-matin ou si vous vous réveillez trop tard, vous avez besoin de lumière le matin. Utilisez la lumière énergie dans les deux heures suivant votre réveil. Si vous avez du mal à rester éveillé en fin de soirée et que vous vous réveillez trop tôt le matin, vous avez besoin de lumière le soir. Utilisez la lumière énergie avant de ressentir l'envie de dormir.

Si vous n'avez pas de difficultés le matin et le soir mais que vous ressentez de la fatigue le jour, le moment d'utilisation de l'appareil est moins crucial. Vous pouvez utiliser la lumière énergie le matin ou en milieu de journée. Par exemple, au réveil, faites une séance de 15 à 30 minutes et répétez au milieu de la journée ou le soir. Placez la lumière énergie plus loin de vous lorsque vous l'utilisez le soir. N'utilisez pas la lumière énergie dans les deux heures précédant le coucher, car vous risquez d'avoir du mal à vous endormir.

- 1** Placez la lampe sur une surface plane comme un comptoir, une table ou un bureau.
- 2** Branchez la lampe sur une prise.
- 3** Pour mettre l'appareil en marche, tournez le bouton marche/arrêt dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à l'intensité lumineuse de votre choix.

### Indicateur de durée d'exposition

L'indicateur de durée d'exposition affiche le temps d'utilisation de l'appareil écoulé.

- Lorsque vous mettez l'appareil en marche, les LED s'allument brièvement et successivement pour indiquer la formation de la séquence de LED. Le premier LED s'allume ensuite à demi-intensité pendant les 15 premières minutes (Fig. 3).
- Les 15 premières minutes écoulées, le premier LED s'allume alors à pleine intensité et le deuxième LED s'allume à son tour à demi-intensité.
- Au bout de 2 heures, l'ensemble des 8 LED s'allument à pleine intensité jusqu'à ce que vous éteigniez l'appareil.

*Remarque : Les LED indiquent uniquement le temps d'exposition écoulé. Aucune intervention de votre part n'est requise lorsque les LED s'allument.*

- 4** Prenez place devant l'appareil et tournez l'écran afin de pouvoir regarder confortablement dans la direction de la lumière (Fig. 4).

La distance entre votre visage et l'écran doit être de 15 à 50 cm (6-20 po).

- Vous n'êtes pas obligé de vous asseoir directement en face de l'appareil.
- Vous n'êtes pas obligé de prendre tout le bain de lumière en une fois. En fonction de votre emploi du temps, vous pouvez interrompre la séance et la reprendre plus tard.

- 5** Regardez la lampe de temps en temps.

Ne regardez pas la lampe en permanence. Vous pouvez par exemple lire, écrire, broder ou exercer une autre activité manuelle durant l'exposition de lumière tout en levant le regard de temps en temps.

- 6** Répétez les l'exposition de lumière jusqu'à ce que vous vous sentiez mieux.

En général, l'amélioration intervient dans un délai d'une semaine.

Vous pouvez répéter le bain de lumière aussi souvent que vous le voulez pendant la période sombre de l'année. Prenez un bain de lumière au moins 5 jours consécutifs.

## 18 FRANÇAIS (CANADA)

- Après utilisation, tournez le bouton marche/arrêt dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour éteindre l'appareil.

*Remarque : Ne tournez pas le bouton marche/arrêt dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'au réglage OFF (ARRÊT).*

- Retirez le cordon d'alimentation de la prise secteur.

### Nettoyage

Pour nettoyer la lampe, n'utilisez jamais de tampons à récurer, de nettoyeurs abrasifs ou de produits puissants tels que de l'essence ou de l'acétone.

Veillez à ne pas faire pénétrer d'eau dans l'appareil ni à en renverser sur celui-ci (Fig. 5).

- Éteignez la lampe et débranchez-la de la prise secteur et laissez-la refroidir.

- Nettoyez l'extérieur de la lampe à l'aide d'un chiffon humide (Fig. 6).

Cette lampe ne contient aucune pièce pouvant être réparée par l'utilisateur. Pour obtenir de l'aide, composez le 1 866 832-4361.

### Entreposage

- Si vous ne prévoyez pas utiliser la lampe pour une longue période, débranchez-la et rangez-la dans un endroit sec et à l'abri des chocs.

### Mise au rebut

- Pour la mise au rebut de la lampe, conformez-vous à la réglementation en vigueur dans votre région.
- Vous pouvez vous renseigner auprès des organismes de recyclage régionaux ou nationaux.
- Pour obtenir de l'aide, consultez notre site Web à l'adresse [www.recycle.philips.com](http://www.recycle.philips.com) ou composez le 1 866 832-4361.

### Assistance

Pour obtenir de l'aide, consultez notre site Web à l'adresse [www.philips.com/energylight](http://www.philips.com/energylight) appelez sans frais au 1 866 832-4361.

### Garantie de remboursement de 45 jours

Si vous n'êtes pas pleinement satisfait de Philips EnergyLight, vous pouvez nous la retourner avec le reçu d'achat daté pour obtenir un remboursement complet.

Si vous retournez la lampe, elle doit être expédiée par envoi assuré port payé avec le reçu original indiquant le prix et la date de l'achat. Nous ne sommes pas responsables des envois postaux perdus. La lampe doit être reçue dans les 45 jours suivant la date d'achat. Philips se réserve le droit de vérifier le prix d'achat indiqué sur le reçu et de limiter le montant du remboursement au prix de détail suggéré.

Pour obtenir un formulaire d'autorisation de retour en vertu de la garantie de remboursement, composez le 1 866 832-4361. Veuillez prévoir de quatre à six semaines avant de recevoir votre remboursement.

### Garantie complète de deux ans

Philips Electronics North America Corporation (États-Unis) et Philips Electronics Ltd (Canada) garantissent chaque lampe Philips modèle HF3318 contre tout défaut de fabrication et de main-d'œuvre pendant une période de deux (2) ans à compter de la date d'achat et s'engagent à réparer

ou remplacer sans frais toute lampe HF3318 défectueuse durant cette période. IMPORTANT : cette garantie ne couvre pas les dommages causés par un accident, un usage abusif, un manque d'entretien ou l'ajout d'accessoires non fournis avec le produit. PHILIPS NE PEUT ÊTRE TENUE RESPONSABLE DES DOMMAGES SPÉCIAUX, ACCESSOIRES OU INDIRECTS. Pour vous prévaloir des services offerts dans le cadre de la garantie, composez sans frais le 1 866 832-4361.

Aux États-Unis, fabriquée pour: Philips Consumer Lifestyle, une Division de Philips Electronics North America Corporation, P.O. Box 10313, Stamford, CT 06904

Au Canada, importée pour : Philips Electronics LTD, 281 Hillmount Road, Markham, Ontario L6C 2S3

Les marques de commerce sont la propriété du Philips Group.  
© Koninklijke Philips Electronics N.V., 2010. Tous droits réservés.

### Caractéristiques techniques

<b>Modèle</b>	<b>HF3318</b>
Tension nominale	230 V
Fréquence nominale	50 Hz
Entrée nominale	72 W
Classification	Non classifié
Entrée d'eau	IPX0

### Conditions de fonctionnement

Température	de +10 °C (+50 °F) à +30 °C (+90 °F)
Taux d'humidité relative	de 30 % à 90 %

### Conditions de stockage

Température	de -20 °C (-4 °F) à +50 °C (+122 °F)
Taux d'humidité relative	de 30 % à 90 % (sans condensation)

### Conditions de transport

Température	de -20 °C (-4 °F) à +50 °C (+122 °F)
Taux d'humidité relative	de 30 % à 90 % (sans condensation)

Les schémas de circuits, les nomenclatures et autres descriptions techniques sont disponibles sur demande.

En tant qu'utilisateur de cet appareil, vous devez prendre les mesures nécessaires pour prévenir les interférences électromagnétiques ou tout autre type d'interférence entre cet appareil et les autres appareils domestiques.

**Foire aux questions**

Cette section contient la liste des questions les plus fréquentes au sujet de la lampe de photothérapie Philips EnergyLight. Si vous ne trouvez pas de solution à votre problème, consultez notre site Web l'adresse [www.philips.com/energylight](http://www.philips.com/energylight) ou composez le 1-866-832-4361.

Question	Réponse
Puis-je regarder directement la lumière émise par la lampe?	Oui, mais seulement de temps en temps et pour de courtes périodes. Être assis près de la lampe est suffisant pour bénéficier de ses bienfaits.
Est-ce que l'utilisation de la lampe EnergyLight provoque des effets secondaires?	Durant les premiers jours d'utilisation, certaines personnes peuvent avoir de légers maux de tête des nausées, de l'irritabilité, de la fatigue oculaire ou des larmoiements. Ces symptômes sont normaux et disparaissent généralement après quelques jours. Si vous éprouvez ces symptômes et qu'ils persistent après quelques jours d'utilisation, cessez d'utiliser la lampe et consultez votre médecin.
À quelle fréquence dois-je utiliser la lampe EnergyLight?	Nous recommandons des séances quotidiennes pendant 5 à 7 jours consécutifs, préférablement le matin. La plupart des gens commencent à avoir plus d'énergie dans les cinq jours. Si vous ne sentez aucune amélioration durant cette période, prolongez les séances et continuez à utiliser la lampe durant 7 à 14 jours. L'important est de ne pas abandonner trop tôt, car il peut s'écouler jusqu'à deux semaines avant de constater une amélioration significative. Cependant, si l'utilisation de la lampe EnergyLight vous rend trop agité, réduisez la durée ou le nombre des séances.
Puis-je utiliser EnergyLight si je prends des médicaments?	Si vous prenez des médicaments sur ordonnance, consultez votre médecin avant d'utiliser EnergyLight ou toute autre lampe de photothérapie. Certains médicaments sont contre-indiqués en photothérapie. Par exemple, les personnes qui prennent des anti-dépresseurs et qui utilisent une lampe de photothérapie peuvent subir des dommages aux yeux.
Puis-je utiliser EnergyLight si je souffre de problèmes oculaires?	Consultez votre médecin ou un ophtalmologiste avant d'utiliser EnergyLight ou toute autre lampe d'exposition. Certains problèmes oculaires peuvent être aggravés par la photothérapie.
Puis-je utiliser EnergyLight si je souffre d'allergie cutanée?	Si vous êtes allergique à la lumière ou atteint d'une maladie cutanée chronique, consultez votre médecin avant d'utiliser EnergyLight ou toute autre lampe d'exposition.
Puis-je utiliser EnergyLight durant ma grossesse?	Oui, EnergyLight ne provoque aucun effet secondaire connu chez les femmes enceintes.
Puis-je utiliser EnergyLight si je souffre d'allergie à la lumière?	Consultez votre médecin avant d'utiliser EnergyLight ou toute autre lampe d'exposition.

Question	Réponse
Est-il dangereux d'être assis devant EnergyLight durant une longue période?	Non. Vous pouvez utiliser la lampe plus longtemps que les périodes d'exposition recommandées sans aucun danger. Par contre, évitez de l'utiliser après 20 h.
Est-ce que je dois appliquer de la crème solaire avant d'utiliser la lampe?	Non. La lampe d'exposition EnergyLight n'est pas une lampe de bronzage. Elle est dotée d'un filtre qui bloque tous les rayons ultraviolets, ce qui protège la peau et ne favorise pas le bronzage. Si vous utilisez la lampe d'exposition EnergyLight conformément aux instructions, vous n'avez pas à vous soucier du bronzage ou des réactions cutanées.





