

LIVARNOLUX



www.lidl-service.com



**LEL 4 A1**



**LED-EINSCHLAFHILFE / LED SLEEPING AID /  
LAMPE D'ENDORMISSEMENT À LED**

- DE AT Bedienungsanleitung und Sicherheitshinweise
- GB IE Operating instructions and safety instructions
- FR BE Mode d'emploi et consignes de sécurité
- NL BE Handleiding en veiligheidsaanwijzingen
- PL Instrukcja montażu i wskazówki bezpieczeństwa
- CZ Návod k obsluze a bezpečnostní pokyny
- SK Návod na používanie a bezpečnostné pokyny

**TARGA GMBH**

Coesterweg 45  
DE-59494 Soest  
GERMANY

Stand der Informationen - Last Information Update

Version des informations - Datum nieuwste versie

Ostatnia aktualizacja - Aktualizace na základě nejnovějších informací

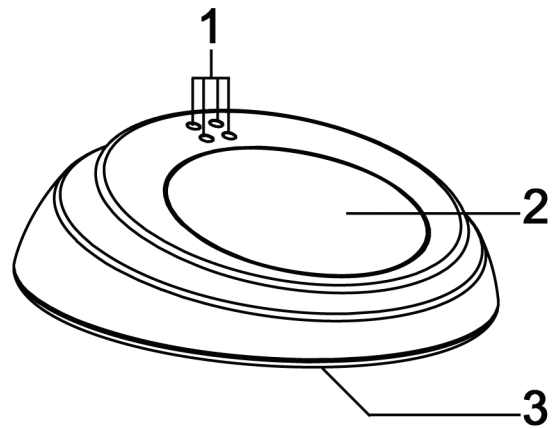
Aktualizácia na základe najnovších informácií:

09 / 2018 - Ident.-No.: LEL 4 A1 092018-1

IAN 309685

IAN 309685

DE BE  
NL CZ



<b>Deutsch .....</b>	<b>2</b>
<b>English .....</b>	<b>19</b>
<b>Français .....</b>	<b>36</b>
<b>Nederlands .....</b>	<b>59</b>
<b>Polski .....</b>	<b>76</b>
<b>Česky .....</b>	<b>93</b>
<b>Slovenčina .....</b>	<b>109</b>

## Inhalt

---

1. Bestimmungsgemäße Verwendung.....	3
2. Lieferumfang.....	4
3. Technische Daten.....	4
4. Sicherheitshinweise.....	5
5. Urheberrecht.....	9
6. Übersicht der Bedienelemente und Anzeigen.....	10
7. Das Funktionsprinzip.....	10
8. Vor der Inbetriebnahme.....	11
8.1 Batterien einlegen.....	11
9. Inbetriebnahme.....	12
9.1 Die Betriebsarten.....	12
9.1.1 Aktivieren der Betriebsart 1 (10 Minuten):.....	13
9.1.2 Aktivieren der Betriebsart 2 (25 Minuten):.....	13
9.1.3 LED-Einschlafhilfe in den Standby-Modus versetzen.....	14
10. Gebrauch.....	14
11. Fehlerbehebung.....	15
12. Umwelthinweise und Entsorgungsangaben.....	16
13. Konformitätsvermerke.....	17
14. Hinweise zu Garantie und Serviceabwicklung.....	17

## **Herzlichen Glückwunsch!**

Mit dem Kauf der LIVARNO LUX LED-Einschlafhilfe LEL 4 A1, nachfolgend als LED-Einschlafhilfe bezeichnet, haben Sie sich für ein hochwertiges Produkt entschieden.

Machen Sie sich vor der ersten Inbetriebnahme mit der LED-Einschlafhilfe vertraut und lesen Sie diese Bedienungsanleitung aufmerksam durch. Beachten Sie vor allem die Sicherheitshinweise und benutzen Sie die LED-Einschlafhilfe nur, wie in dieser Bedienungsanleitung beschrieben und für die angegebenen Einsatzbereiche.

Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung gut auf. Händigen Sie alle Unterlagen bei Weitergabe der LED-Einschlafhilfe an Dritte ebenfalls mit aus.

## **1. Bestimmungsgemäße Verwendung**

---

Diese LED-Einschlafhilfe unterstützt Sie durch auf- und abschwellende Lichtkreise dabei, Ihre Atmung so zu verändern, dass Sie besser einschlafen können. Sie darf nur zu privaten und nicht zu industriellen und kommerziellen Zwecken sowie ausschließlich in Innenräumen verwendet werden. Außerdem darf sie nicht in tropischen Klimaregionen genutzt werden. Bei eigenmächtigen Umbauten des Gerätes und hieraus resultierenden Schäden oder Störungen ist jegliche Haftung seitens des Herstellers ausgeschlossen. Benutzen Sie nur das vom Hersteller angegebene Zubehör. Bitte beachten Sie die Landesvorschriften bzw. Gesetze des jeweiligen Einsatzlandes.

---

Jeder andere Einsatz, als der in dieser Bedienungsanleitung beschriebene, ist nicht bestimmungsgemäß und führt zu Gewährleistungs- und Haftungsausschluss.

## **2. Lieferumfang**

---

Nehmen Sie das Gerät und alle Zubehörteile aus der Verpackung. Entfernen Sie alle Verpackungsmaterialien und überprüfen Sie, ob alle Teile vollständig und unbeschädigt sind. Im Falle einer unvollständigen oder beschädigten Lieferung wenden Sie sich bitte an den Hersteller.

- LED-Einschlafhilfe
- 3 Batterien 1,5 V, AAA, Micro LR3

## **3. Technische Daten**

---

Geräte-Kurzbezeichnung:	LIVARNO LUX LEL 4 A1
Versorgungsspannung:	3 x 1,5 V LR03/Micro/AAA
Lichtquelle:	4 x LED 0.06 W
Betriebstemperatur:	0 bis 50 °C
Lagertemperatur:	0 °C bis 55 °C
Luftfeuchtigkeit:	max. 85% rel. Feuchte (nicht kondensierend)
Abmessungen (Ø x H):	ca. 95 x 29 mm
Gewicht:	ca. 112 g (inkl. Batterien)

Änderungen der technischen Daten sowie des Designs können ohne Ankündigung erfolgen.

---

## 4. Sicherheitshinweise

---

Vor der ersten Verwendung des Gerätes lesen Sie bitte die folgenden Anweisungen genau durch und beachten Sie alle Warnhinweise, selbst wenn Ihnen der Umgang mit elektronischen Geräten vertraut ist. Bewahren Sie diese Anleitung sorgfältig als zukünftige Referenz auf. Wenn Sie das Gerät verkaufen oder weitergeben, händigen Sie unbedingt auch diese Anleitung aus. Sie ist Bestandteil des Produktes.

### Verwendete Symbole und ihre Bedeutung



**GEFAHR!** Dieses Symbol, mit dem Hinweis „Gefahr“, kennzeichnet eine drohende gefährliche Situation, die, wenn Sie nicht verhindert wird, zu schweren Verletzungen oder sogar zum Tod führen kann.



**WARNUNG!** Dieses Symbol, mit dem Hinweis „Warnung“, kennzeichnet wichtige Hinweise für den sicheren Betrieb des Gerätes und zum Schutz des Anwenders.



**ACHTUNG!** Dieses Symbol, mit dem Hinweis „Achtung“, kennzeichnet wichtige Hinweise zum Schutz vor Sachschäden.



Dieses Symbol kennzeichnet weitere informative Hinweise zum Thema.



### **GEFAHR! Batterien**

Legen Sie die Batterien stets polrichtig ein. Beachten Sie dazu die Kennzeichnung im Batteriefach. Versuchen Sie nicht, Batterien wieder aufzuladen, und werfen Sie diese unter keinen Umständen ins Feuer. Verwenden Sie keine unterschiedlichen Batterien (alte und neue, Alkali und Kohle usw.) gleichzeitig. Entnehmen Sie die Batterien, wenn Sie das Gerät über einen längeren Zeitraum nicht verwenden. Bei unsachgemäßem Gebrauch der Batterien besteht Explosions- und Auslaufgefahr. Batterien sind kein Kinderspielzeug. Wenn Batterien verschluckt werden, muss sofort ein Arzt konsultiert werden. Batterien dürfen nicht geöffnet oder verformt werden, da auslaufende Chemikalien Verletzungen verursachen können. Bei Haut- oder Augenkontakt mit ausgelaufenen Chemikalien muss sofort mit viel Wasser ab- bzw. ausgespült werden und ein Arzt aufgesucht werden.



### **GEFAHR! Kinder und Personen mit Einschränkungen**

Elektrische Geräte gehören nicht in Kinderhände. Auch Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten dürfen elektrische Geräte nur angemessen verwenden. Lassen Sie Kinder und Personen mit Einschränkungen niemals unbeaufsichtigt elektrische Geräte benutzen. Es sei denn, sie wurden entsprechend eingewiesen oder werden durch eine für Ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt. Kinder müssen grundsätzlich



beaufsichtigt werden, damit sichergestellt werden kann, dass sie mit diesem Gerät nicht spielen. Kleinteile können bei Verschlucken lebensgefährlich sein.

**Halten Sie auch die Verpackungsfolien fern.**



**Es besteht Erstickungsgefahr!**



**ACHTUNG! Achten Sie darauf, dass:**

- keine direkten Wärmequellen (z. B. Heizungen) auf das Gerät wirken.
- kein direktes Sonnenlicht oder starkes Kunstlicht auf das Gerät trifft.
- der Kontakt mit Spritz- und Tropfwasser und aggressiven Flüssigkeiten vermieden wird und das Gerät nicht in der Nähe von Wasser betrieben wird. Insbesondere darf das Gerät niemals untergetaucht werden (stellen Sie keine mit Flüssigkeiten gefüllten Gegenstände, z. B. Vasen oder Getränke auf oder neben das Gerät).
- keine offenen Brandquellen (z. B. brennende Kerzen) auf oder neben dem Gerät stehen.
- keine Fremdkörper eindringen.
- das Gerät keinen übermäßigen Temperaturschwankungen ausgesetzt wird, da sonst Luftfeuchtigkeit kondensieren und zu elektrischen Kurzschlüssen führen kann; wurde das Gerät jedoch starken Temperaturschwankungen ausgesetzt,

warten Sie (ca. 2 Stunden) mit der Inbetriebnahme, bis das Gerät die Umgebungstemperatur angenommen hat.

- das Gerät keinen übermäßigen Erschütterungen und Vibrationen ausgesetzt wird.



### **Achtung! Wartung / Reparatur / Reinigung**

Öffnen Sie das Gerät nicht. Es enthält keine durch den Anwender zu wartenden Teile. Im Fehlerfall lassen Sie das Gerät von einer Fachkraft prüfen. Reparaturarbeiten sind erforderlich, wenn das Gerät beschädigt wurde, z. B. wenn das Gehäuse beschädigt ist, Flüssigkeit oder Gegenstände ins Innere des Gerätes gelangt sind, oder wenn es nicht einwandfrei funktioniert oder heruntergefallen ist. Falls Sie Rauchentwicklung, ungewöhnliche Geräusche oder Gerüche feststellen, schalten Sie das Gerät sofort aus und entnehmen Sie, falls möglich, die Batterien. In diesen Fällen darf das Gerät nicht weiter verwendet werden, bevor eine Überprüfung durch einen Fachmann durchgeführt wurde. Lassen Sie alle Reparaturarbeiten nur von qualifiziertem Fachpersonal durchführen. Öffnen Sie niemals das Gehäuse des Gerätes.

Reinigen Sie das Gerät mit einem weichen, sauberen, trockenen und fussselfreien Tuch. Für die Entfernung von stärkeren Verschmutzungen kann das Tuch leicht mit lauwarmem Wasser angefeuchtet werden. Verwenden Sie keine lösemittelhaltigen

Reinigungsmittel, das Kunststoffgehäuse und die Beschriftung können dadurch angegriffen werden.

## **5. Urheberrecht**

---

Alle Inhalte dieser Bedienungsanleitung unterliegen dem Urheberrecht und werden dem Leser ausschließlich als Informationsquelle bereitgestellt.

Jegliches Kopieren oder Vervielfältigen von Daten und Informationen ist ohne ausdrückliche und schriftliche Genehmigung durch den Autor verboten. Dies betrifft auch die gewerbliche Nutzung der Inhalte und Daten.

Text und Abbildungen entsprechen dem technischen Stand bei Drucklegung.

## 6. Übersicht der Bedienelemente und Anzeigen

---

Diese Bedienungsanleitung ist zusätzlich mit ausklappbaren Umschlagseiten versehen. Klappen Sie die Umschlagseiten aus, damit Sie die Bedienelemente und Displayanzeigen immer vor Augen haben.

- 1 LEDs
- 2 Touch-Bedienfeld
- 3 Batteriefachdeckel

## 7. Das Funktionsprinzip

---

- Das schwache blaue Licht der LED-Einschlafhilfe wirkt stressreduzierend.
- Der projizierte Lichtkegel benötigt zum Erreichen seiner maximalen Größe nur die Hälfte der Zeit, die er anschließend zum Erreichen der minimalen Größe benötigt. Wenn Sie nun Ihre Atmung auf diesen Rhythmus synchronisieren, resultiert hieraus, dass Sie doppelt so lange ausatmen wie einatmen.
- Im Laufe eines Zyklus sinkt die Anzahl der Modulationen von 12 auf 6 pro Minute. So erreichen Sie zum Ende eines Zyklus die zum Einschlafen optimale Anzahl von Atemzügen.
- Durch die Konzentration auf den blauen Lichtkreis und die langsame Atmung werden Sie von anderen Gedanken oder Sorgen abgelenkt, die Sie sonst am Einschlafen hindern.

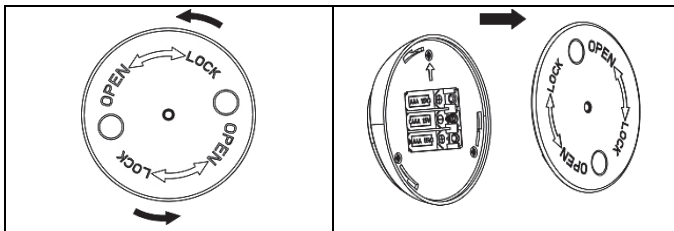
## 8. Vor der Inbetriebnahme

### 8.1 Batterien einlegen

Legen Sie zunächst die beigelegten Batterien ein. Öffnen Sie dazu das Batteriefach auf der Rückseite des Gerätes, indem Sie den Batteriefachdeckel (3) in Richtung der Pfeilmarkierung „**OPEN**“ drehen und abnehmen.

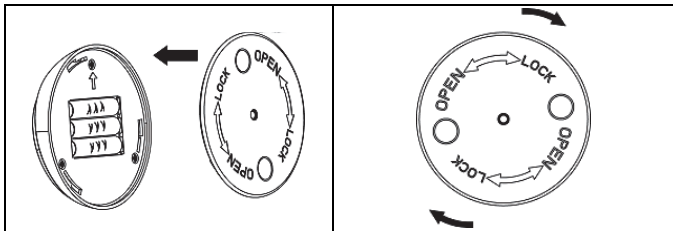


Nehmen Sie zum Drehen die LED-Einschlafhilfe in beide Hände und legen Sie die Daumen in die Vertiefungen im Batteriefachdeckel (3). So können Sie die zum Drehen erforderliche Kraft optimal übertragen.



Legen Sie die Batterien polrichtig ein (+ und - beachten). Die Polung ist an den Batterien und im Batteriefach skizzenhaft abgebildet.

Setzen Sie anschließend den Batteriefachdeckel (3) wieder so auf das Gerätegehäuse, dass die 3 Verriegelungsnasen in die Vertiefungen auf der Rückseite der LED-Einschlafhilfe greifen. Drehen Sie nun den Batteriefachdeckel (3) bis zum Anschlag in Richtung der Pfeilmarkierung „**LOCK**“.



Nach dem Einlegen der Batterien befindet sich die LED-Einschlafhilfe im Standby-Modus und ist betriebsbereit. Die LEDs (1) sind aus.

## 9. Inbetriebnahme

### 9.1 Die Betriebsarten

Die LED-Einschlafhilfe verfügt über 2 Betriebsarten, die sich nur durch die Laufzeit unterscheiden.

**Betriebsart 1:** Laufzeit 10 Minuten

**Betriebsart 2:** Laufzeit 25 Minuten

Die Helligkeit der Lichtprojektion kann in 3 Stufen eingestellt werden.



Im Folgenden wird des Öfteren von kurzem und langem Drücken des Touch-Bedienfeldes (2) gesprochen.

Bitte beachten Sie folgende Zeiten:

Kurzes Drücken: kürzer als 1 Sekunde

Langes Drücken: länger als 3 Sekunden

Nach Ablauf der Laufzeit der gewählten Betriebsart wechselt die LED-Einschlafhilfe automatisch in den Standby-Modus.

### **9.1.1 Aktivieren der Betriebsart 1 (10 Minuten):**

- Drücken Sie im Standby-Modus kurz das Touch-Bedienfeld (2). Die Betriebsart 1 ist nun aktiviert.

#### **Helligkeitseinstellung:**

Die LEDs (1) der LED-Einschlafhilfe können in 3 Helligkeitsstufen leuchten.

Langes Drücken des Touch-Bedienfeldes (2) bei aktiver Betriebsart 1 bewirkt eine Änderung der Helligkeit. Die Änderung der Helligkeitsstufe wird durch zweimaliges Blinken der LEDs (1) bestätigt.

### **9.1.2 Aktivieren der Betriebsart 2 (25 Minuten):**

- Drücken Sie bei aktiver Betriebsart 1 kurz das Touch-Bedienfeld (2). Die Betriebsart 2 ist nun aktiviert. Die Aktivierung der Betriebsart 2 wird durch einmaliges Blinken der LEDs (1) bestätigt.

### **Helligkeitseinstellung**

Die LEDs (1) der LED-Einschlafhilfe können in 3 Helligkeitsstufen leuchten.

Langes Drücken des Touch-Bedienfeldes (2) bei aktiver Betriebsart 2 bewirkt eine Änderung der Helligkeit. Die Änderung der Helligkeitsstufe wird durch zweimaliges Blinken der LEDs (1) bestätigt.

#### **9.1.3 LED-Einschlafhilfe in den Standby-Modus versetzen**

- Drücken Sie bei aktiver Betriebsart 2 kurz das Touch-Bedienfeld (2), um die Betriebsart 2 zu beenden und die LED-Einschlafhilfe in den Standby-Modus zu versetzen.

## **10. Gebrauch**

---

- Platzieren Sie die LED-Einschlafhilfe in greifbarer Nähe.
- Aktivieren Sie die gewünschte Betriebsart.
- Dunkeln Sie den Raum ab.
- Die LED-Einschlafhilfe projiziert nun einen blauen Lichtkreis an die Zimmerdecke.



Die Projektion ist am besten bei hellen, reflektierenden Zimmerdecken zu sehen.

- Die ideale Liegeposition ist die Rückenlage. Wechseln Sie gegebenenfalls nach Ablauf der gewählten Betriebsart in Ihre bevorzugte Schlafposition.



- Beobachten Sie den blauen Lichtkreis und versuchen Sie, Ihre Atmung ohne Anstrengung mit dem Licht zu synchronisieren:
  - Einatmen, wenn der Lichtkreis größer wird.
  - Ausatmen, wenn der Lichtkreis kleiner wird.
  - Versuchen Sie möglichst, mit dem Unterbauch zu atmen (Bauchatmung). Dieses kann den Einschlafprozess positiv beeinflussen.



Zwingen Sie sich nicht, einzuschlafen. Bleiben Sie einfach passiv, beobachten Sie den Lichtkreis und atmen Sie synchronisiert. Der Schlaf kommt dann ganz von allein.

Egal, ob Sie während oder nach Ablauf der gewählten Betriebsart einschlafen, die LED-Einschlafhilfe schaltet sich selbstständig aus.

---

## 11. Fehlerbehebung

### Keine Funktion

- Die Batterien sind leer oder falsch eingelegt. Prüfen Sie, ob die Batterien korrekt eingelegt sind. Ersetzen Sie leere Batterien durch 3 neue 1,5 V-Batterien vom Typ AAA, Micro LR3, wie im Kapitel 8.1 beschrieben.

### LEDs (1) leuchten zu dunkel

- Versuchen Sie, durch langes Drücken des Touch-Bedienfeldes (2) bei aktiver Betriebsart eine andere Helligkeitsstufe einzustellen.
- Die Batterien sind schwach. Ersetzen Sie die Batterien durch 3 neue 1,5 V-Batterien vom Typ AAA, Micro LR3, wie im Kapitel 8.1 beschrieben.

## 12. Umwelthinweise und Entsorgungsangaben



Die mit diesem Symbol gekennzeichneten Geräte unterliegen der europäischen Richtlinie 2012/19/EU. Werfen Sie Ihr Produkt, wenn es ausgedient hat, im Interesse des Umweltschutzes nicht in den Hausmüll, sondern führen Sie es einer fachgerechten Entsorgung zu. Über Sammelstellen und deren Öffnungszeiten können Sie sich bei Ihrer zuständigen Verwaltung informieren. Defekte oder verbrauchte Batterien / Akkus müssen gemäß Richtlinie 2006/66/EG und deren Änderungen recycelt werden. Geben Sie Batterien / Akkus und / oder das Produkt über die angebotenen Sammeleinrichtungen zurück.



### **Umweltschäden durch falsche Entsorgung der Batterien / Akkus!**

Batterien / Akkus dürfen nicht über den Hausmüll entsorgt werden. Sie können giftige Schwermetalle enthalten und unterliegen der Sondermüllbehandlung. Die chemischen Symbole der Schwermetalle sind wie folgt: Cd = Cadmium, Hg = Quecksilber, Pb = Blei. Geben Sie deshalb verbrauchte Batterien / Akkus bei einer kommunalen Sammelstelle ab.



Führen Sie auch die Verpackung einer umweltgerechten Entsorgung zu. Kartonagen können bei Altpapiersammlungen oder an öffentlichen Sammelplätzen zur Wiederverwertung abgegeben werden.



Beachten Sie die Kennzeichnung der Verpackungsmaterialien bei der Abfalltrennung, diese sind gekennzeichnet mit Abkürzungen (a) und Nummern (b) mit folgender Bedeutung:

1–7: Kunststoffe / 20–22: Papier und Pappe /  
80–98: Verbundstoffe.

---

## 13. Konformitätsvermerke



Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der geltenden europäischen und nationalen Richtlinien. Die Konformität wurde nachgewiesen. Entsprechende Erklärungen und Unterlagen sind beim Hersteller hinterlegt.

Die vollständige EU-Konformitätserklärung kann unter folgendem Link heruntergeladen werden:

[www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf](http://www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf)

---

## 14. Hinweise zu Garantie und Serviceabwicklung

### Garantie der TARGA GmbH

Sie erhalten auf dieses Gerät 3 Jahre Garantie ab Kaufdatum. Bitte bewahren Sie den originalen Kassenbon als Nachweis für den Kauf auf. Bitte lesen Sie vor Inbetriebnahme Ihres Produktes die beigelegte Dokumentation. Sollte es einmal zu einem Problem kommen, welches auf diese Weise nicht gelöst werden kann, wenden Sie sich bitte an unsere Hotline. Bitte halten Sie für alle Anfragen die Artikelnummer bzw. wenn vorhanden die Seriennummer bereit. Für den Fall, dass eine telefonische Lösung nicht möglich ist, wird durch unsere Hotline in

Abhängigkeit der Fehlerursache ein weiterführender Service veranlasst. In der Garantie wird das Produkt bei Material- oder Fabrikationsfehler – nach unserer Wahl – kostenlos repariert oder ersetzt. Mit Reparatur oder Austausch des Produkts beginnt kein neuer Garantiezeitraum. Verbrauchsmaterial wie Batterien, Akkus und Leuchtmittel sind von der Garantie ausgeschlossen.

Ihre gesetzlichen Gewährleistungsansprüche gegenüber dem Verkäufer bestehen neben dieser Garantie und werden durch diese nicht eingeschränkt.



### Service

DE

Telefon: 0800 5435111

E-Mail: [targa@lidl.de](mailto:targa@lidl.de)

AT

Telefon: 0820 201222

E-Mail: [targa@lidl.at](mailto:targa@lidl.at)

CH

Telefon: 0842 665 566

E-Mail: [targa@lidl.ch](mailto:targa@lidl.ch)

**IAN: 309685**



### Hersteller

TARGA GmbH

Coesterweg 45

DE-59494 Soest

DEUTSCHLAND

---

## Table of contents

---

1. Intended use .....	20
2. Package contents.....	21
3. Technical data .....	21
4. Safety instructions.....	21
5. Copyright .....	25
6. Overview of controls und display indicators.....	26
7. Operating principle.....	26
8. Before initial use .....	27
8.1 Inserting the batteries.....	27
9. Initial use .....	28
9.1 Operating modes.....	28
9.1.1 Activating operating mode 1 (10 minutes): .....	29
9.1.2 Activating operating mode 2 (25 minutes): .....	29
9.1.3 Putting the LED sleep aid device into standby mode .....	30
10. Instructions for use.....	30
11. Troubleshooting.....	31
12. Environmental and waste disposal information .....	32
13. Marks of conformity.....	33
14. Notes on guarantee and service .....	34

## **Congratulations!**

By purchasing the LIVARNO LUX 4 A1 LED sleep aid device, hereinafter referred to as LED sleep aid device, you have opted for a high-quality product.

Familiarise yourself with the LED sleep aid device before using it for the first time and read these operating instructions carefully. Observe the safety instructions and only use the LED sleep aid device in the manner described in these operating instructions and for the indicated fields of application.

Keep these operating instructions in a safe place. Hand over all documents in the event that you pass on the sleep aid device to a third party.

## **1. Intended use**

---

This LED sleep aid device uses expanding and contracting circles of light to change your breathing so that you can fall asleep better. It may only be used for private purposes and is not for industrial or commercial use. It may only be used indoors. It should also not be used in tropical climates. The manufacturer will not be liable for any damage or faults arising as a result of unauthorised modification of the device. Only use the accessories specified by the manufacturer. Please observe the national regulations and/or laws in the respective country of use.

Any other use, other than that described in the operating instructions, is deemed improper and will result in a loss of warranty and exclusion of liability.

---

## 2. Package contents

---

Unpack the device and all accessories. Remove all packaging materials and check all of the parts for completeness and signs of damage. If any parts are missing or damaged, please contact the manufacturer.

- LED sleep aid device
- Three 1.5 V AAA batteries (Micro LR3)

## 3. Technical data

---

Device description:	LIVARNO LUX LEL 4 A1
Supply voltage:	three 1.5 V LR03/Micro/AAA
Light source:	four 0.06 W LEDs
Operating temperature:	0 °C to 50 °C
Storage temperature:	0 °C to 55 °C
Humidity:	Maximum 85 percent relative humidity (non-condensing)
Dimensions (W x H):	approx. 95 x 29 mm
Weight:	approx. 112 g (including batteries)

The specifications and design are subject to change without notice.

---

## 4. Safety instructions

---

Before using the device for the first time, please read the following instructions carefully and observe all warnings, even if you are familiar with using electronic devices. Keep these operating instructions in a safe place for future reference. If

---

you give the device away or sell it, please ensure that you also pass on these operating instructions. It is part of the product.

## Symbols used and what they mean



**DANGER!** This icon, together with the word “Danger”, indicates an impending dangerous situation that, if not prevented, can lead to serious injuries or even death.



**WARNING!** This icon, with the word “Warning”, indicates important information for the safe operation of the device and user safety.



**CAUTION!** This icon, with the word ‘Caution’, indicates important information for protection against damage to property.



This icon indicates that further information on the topic is available.



### **DANGER! Batteries**

Always insert batteries with the correct polarity. When doing so, observe the label in the battery compartment. Do not try to recharge the batteries and never throw them onto a fire. Do not use different batteries (old and new, alkaline and carbon etc.) at the same time. Remove the batteries if you intend not to use the device for a longer period of time. There is a risk of explosion and leakage if the batteries are not used properly. Batteries are not a toy. In the event that the batteries are swallowed, seek immediate medical attention. Batteries must not be opened or



deformed in any way because leaking chemicals can cause injury. If leaking chemicals come into contact with the skin or eyes, rinse/wash the area immediately with plenty of water and seek medical attention.



### **DANGER! Children and people with disabilities**

Electrical devices must be kept out of the reach of children. Also, the use of electrical devices by people with restricted physical, sensory or mental abilities should be appropriate to their capacity. Never leave children or people with disabilities unattended with electrical devices, unless they have been instructed on their use or will be supervised by a person responsible for their safety. Children must generally be supervised to ensure they do not play with this device. Small parts can be lethal if swallowed.

**Keep the packaging film away from children.**



### **There is a risk of suffocation!**



### **CAUTION! Please make sure that:**

- the device is not exposed to direct sources of heat (for example, heaters)
- the device is not exposed to direct sunlight or strong artificial light

- contact with splashing and dripping water and aggressive liquids is avoided, and that the device is not operated in the vicinity of water. In particular, the device must never be immersed (do not place any objects filled with liquids, such as vases or drinks, on or near the device).
- there are no naked flames (for example, burning candles) placed on or near the device.
- no foreign bodies penetrate into the device.
- the device is not exposed to excessive temperature fluctuations, as otherwise condensation can occur and lead to electrical short circuits; if, however, the device has been exposed to large temperature fluctuations, wait approximately two hours until the device has reached ambient temperature before starting it up.
- the device is not exposed to excessive shocks and vibrations.



### **Caution! Maintenance/Repair/Cleaning**

Do not open the device. It does not contain any parts that require maintenance by the user. In the event of a fault, have the device checked by a professional. Repair work is required if the device has been damaged, for example if the device housing is damaged, liquids or objects have got inside the device, or if the device does not work properly or has been dropped. If you notice any smoke, unusual noises or smells, immediately switch the device off and, if possible, remove the

batteries. In these cases, you must not continue to use the device until it has been checked by a specialist. All repair work should only be carried out by qualified specialists. Never open the housing of the device.

Clean the device with a soft, clean, dry, lint-free cloth. To remove stubborn marks, the cloth can be dampened slightly with lukewarm water. Do not use any cleaning agents that contain solvents as this may affect the plastic housing and labelling.

## **5. Copyright**

---

All contents of these operating instructions are subject to copyright law and are provided to the user solely as a source of information.

Any form of copying or reproduction of data and information without the express written permission of the author is prohibited. This also concerns commercial use of the content and data.

The text and illustrations correspond to the technical standards at the time of printing.

## 6. Overview of controls und display indicators

---

These operating instructions also have cover pages that can be unfolded. Unfold the cover pages so that you can always see the controls and display indicators.

- 1 LEDs
- 2 Touch panel
- 3 Battery compartment cover

## 7. Operating principle

---

- The gentle blue light of the LED sleep aid device helps reduce stress.
- The projected circle of light reaches its largest size in only half the time it takes to reach its smallest size. When you synchronize your breathing to this rhythm, you will exhale twice as long as you inhale.
- During a cycle, the number of modulations decreases from 12 to 6 per minute. At the end of a cycle, you reach the optimal number of breaths to fall asleep.
- By concentrating on the blue circle of light and breathing slowly, you will be distracted from other thoughts or worries that would otherwise prevent you from falling asleep.

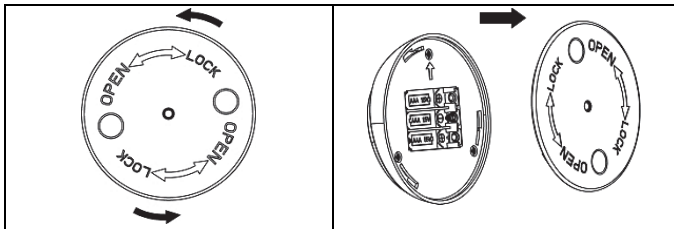
## 8. Before initial use

### 8.1 Inserting the batteries

Start by inserting the supplied batteries. To do this, open the battery compartment (3) on the back of the device by turning the battery compartment cover in the direction of the **“OPEN”** arrow and removing it.

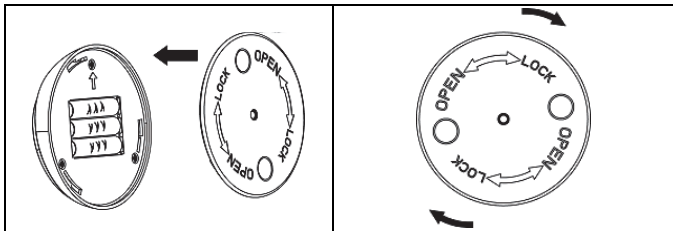


To turn the cover, hold the LED sleep aid device in both hands and place your thumbs in the recesses in the battery compartment cover (3). This is most effective way to apply the force required to turn the cover.



Insert the batteries with the correct polarity (note the + and - signs). The polarity is marked on the batteries and on the battery compartment.

Then place the battery compartment cover (3) on the device housing again so that the 3 locking lugs engage in the recesses on the back of the LED sleep aid device. Turn the battery compartment cover (3) as far as it will go in the direction of the “**LOCK**” arrow marking.



Once the batteries have been inserted, the LED sleep aid device is in standby mode and ready for use. The LEDs (1) are off.

---

## 9. Initial use

### 9.1 Operating modes

The LED sleep aid device has 2 identical operating modes that run for different lengths of time.

**Operating mode 1:** runs for 10 minutes

**Operating mode 2:** runs for 25 minutes

The brightness of the projected light can be adjusted to 3 levels.



In the instructions below, you often have the option of briefly pressing or pressing and holding the touch panel (2).

Please note the following times:

Short press: less than 1 second

Long press: more than 3 seconds

When the selected operating mode ends, the LED sleep aid device automatically switches to standby mode.

### **9.1.1 Activating operating mode 1 (10 minutes):**

- In standby mode, briefly press the touch panel (2). Operating mode 1 is now activated.

#### **Brightness adjustment:**

The LEDs (1) of the LED sleep aid device can be adjusted to 3 brightness levels. Pressing and holding down the touch panel (2) in operating mode 1 changes the brightness. The LEDs (1) flash twice when the brightness level has been changed.

### **9.1.2 Activating operating mode 2 (25 minutes):**

- In operating mode 1, briefly press the touch panel (2). Operating mode 2 is now activated. The two LEDs (1) will flash once to signal that operating mode 2 is activated.

### **Brightness adjustment:**

The LEDs (1) of the LED sleep aid device can be adjusted to 3 brightness levels. Pressing and holding down the touch panel (2) in operating mode 2 changes the brightness. The LEDs (1) flash twice when the brightness level has been changed.

### **9.1.3 Putting the LED sleep aid device into standby mode**

- In operating mode 2, briefly press the touch panel (2) to exit operating mode 2 and put the LED sleep aid device into standby mode.

## **10. Instructions for use**

---

- Place the LED sleep aid device within reach.
- Activate the desired operating mode.
- Darken the room.
- The LED sleep aid device will now project a blue circle of light onto the ceiling.



The projection is most visible on bright, reflective ceilings.

- It is best to lie on your back. If necessary, return to your preferred sleeping position after the selected operating mode ends.
- Look at the blue circle of light and gently try to synchronize your breathing with the light:
  - Breathe in as the circle of light becomes larger.



- Breathe out as the beam of light becomes smaller.
- If possible, try to breathe from the lower abdomen (abdominal breathing). This may help you to fall asleep more easily.



Do not force yourself to fall asleep. Simply remain passive, watch the beam of light and synchronize your breathing with it. Sleep will come naturally.

The LED sleep aid device switches off automatically, regardless of whether you fall asleep during or after the selected operating mode.

---

## 11. Troubleshooting

### **Device doesn't work at all.**

- The batteries are dead or were inserted incorrectly. Check that the batteries are inserted correctly. Replace dead batteries with 3 new 1.5 V AAA (Micro LR3) batteries, as described in Section 8.1

### **LEDs (1) are too dim**

- Try to change the brightness level by pressing and holding the touch panel (2) while the operating mode is active.
- The batteries are weak. Replace dead batteries with 3 new 1.5 V AAA (Micro LR3) batteries, as described in Section 8.1

## 12. Environmental and waste disposal information



Devices marked with this symbol are subject to the European Directive 2012/19/EU. Properly dispose of your product in an environmentally-friendly manner at the end of its service life and do not discard it with your household waste. Contact your municipal office for information about collection centres and opening hours.



Defective or used batteries/rechargeable batteries must be recycled in accordance with Directive 2006/66/EG and its amendments. Return batteries/rechargeable batteries and/or the product to the appropriate collection facilities.

### **Incorrect disposal of batteries/rechargeable batteries can harm the environment.**

Batteries/rechargeable batteries may not be disposed of with your household waste. They can contain toxic heavy metals and must be disposed of as hazardous waste. The chemical symbols of heavy metals are as follows: Cd = cadmium, Hg = mercury, Pb = lead. Therefore, please dispose of used batteries/rechargeable batteries at your local collection centre.



Make sure the packaging is disposed of in an environmentally friendly manner. Cardboard packaging can be put out for waste-paper collection or taken to public collection points for recycling.



Please pay attention to the labels on packaging materials when you separate waste; these are marked with abbreviations (a) and numbers (b) that mean the following:

1-7: Plastics/20-22: Paper and cardboard /  
80-98: Composite materials.

### 13. Marks of conformity



This product fulfils the requirements specified in the applicable European and national policies. This product's conformity has been verified. The declarations and documents are stored with the manufacturer.

You can download the full EU declaration of conformity here:

[www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf](http://www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf)

## **14. Notes on guarantee and service**

---

### **Warranty of TARGA GmbH**

This device is sold with three years warranty from the date of purchase. Please keep the original receipt in a safe place as proof of purchase. Before using your product for the first time, please read the enclosed documentation. Should any problems arise which cannot be solved in this way, please call our hotline. Please have the article number and, if available, the serial number to hand for all enquiries. If it is not possible to solve the problem on the phone, our hotline support staff will initiate further servicing procedures depending on the fault. Within the warranty period the product will be repaired or replaced free of charge as we deem appropriate. No new warranty period commences if the product is repaired or replaced. Consumables such as batteries, rechargeable batteries and lamps are not covered by the warranty.

Your statutory rights towards the seller are not affected or restricted by this warranty.

**Service****GB**

Phone: 0800 404 7657

E-Mail: [targa@lidl.co.uk](mailto:targa@lidl.co.uk)**IE**

Phone: 1890 930 034

E-Mail: [targa@lidl.ie](mailto:targa@lidl.ie)**MT**

Phone: 800 62230

E-Mail: [targa@lidl.com.mt](mailto:targa@lidl.com.mt)**CY**

Phone: 8009 4409

E-Mail: [targa@lidl.com.cy](mailto:targa@lidl.com.cy)**IAN: 309685****Manufacturer**

TARGA GmbH  
Coesterweg 45  
DE-59494 Soest  
GERMANY

## Contenu

---

1. Utilisation conforme.....	37
2. Contenu de la livraison .....	38
3. Caractéristiques techniques .....	38
4. Consignes de sécurité .....	39
5. Droits d'auteur .....	43
6. Aperçu des éléments de commande et affichages .....	44
7. Principe de fonctionnement.....	44
8. Avant la mise en service.....	45
8.1 Mise en place des piles.....	45
9. Mise en service.....	46
9.1 Modes de fonctionnement.....	46
9.1.1 Activation du mode de fonctionnement 1 (10 minutes) : .....	47
9.1.2 Activation du mode de fonctionnement 2 (25 minutes) : .....	48
9.1.3 Faire passer la veilleuse d'aide à l'endormissement en veille.....	48
10. Utilisation .....	48
11. Dépannage.....	50
12. Directives environnementales et indications concernant l'élimination des déchets.....	51
13. Remarques relatives à la conformité.....	52
14. Remarques concernant la garantie et le service après-vente .....	53

## **Félicitations !**

Grâce à l'achat de la veilleuse d'aide à l'endormissement DEL LIVARNO LUX LEL 4 A1 (ci-après désignée par « veilleuse d'aide à l'endormissement DEL »), vous avez fait le choix d'un produit de haute qualité.

Avant la première mise en service de la veilleuse d'aide à l'endormissement DEL, mettez-vous en confiance en lisant attentivement le présent mode d'emploi. Veuillez notamment respecter les consignes de sécurité et n'utiliser la veilleuse d'aide à l'endormissement DEL que dans les domaines d'application décrits et indiqués dans le présent mode d'emploi.

Veuillez conserver le présent mode d'emploi. Veuillez également transmettre tous les documents en cas de transfert de la veilleuse d'aide à l'endormissement à un tiers.

## **1. Utilisation conforme**

---

Cette veilleuse d'aide à l'endormissement DEL vous aide à vous endormir en optimisant votre respiration grâce à des cercles lumineux progressifs et dégressifs. Elle ne doit être utilisée qu'à titre privé et non à des fins industrielles et commerciales, et uniquement dans des espaces intérieurs. L'appareil ne doit en aucun cas être utilisé dans des régions climatiques tropicales. Le fabricant décline toute responsabilité quant à tout dommage ou problème pouvant résulter de la transformation arbitraire de l'appareil. Utilisez uniquement les accessoires spécifiés par le fabricant. Veuillez respecter les réglementations et la législation en vigueur dans le pays d'utilisation.

Toute autre utilisation autre que celle décrite dans le présent mode d'emploi n'est pas conforme et conduit à une exclusion de garantie et de responsabilité.

---

## 2. Contenu de la livraison

Retirez l'appareil et tous les accessoires de leur emballage. Enlevez tous les matériaux d'emballage et vérifiez que toutes les pièces sont présentes dans leur intégralité et qu'elles sont en bon état. En cas de livraison incomplète ou détériorée, veuillez vous adresser au fabricant.

- Veilleuse d'aide à l'endormissement DEL
- 3 piles 1,5 V, AAA, Micro LR3

## 3. Caractéristiques techniques

Désignation de l'appareil :	LIVARNO LUX LEL 4 A1
Tension d'alimentation :	3 x 1,5 V LR03/Micro/AAA
Source lumineuse :	4 x DEL 0,06 W
Température de fonctionnement :	0 °C à 50 °C
Température de conservation :	0 °C à +55 °C
Humidité de l'air :	humidité relative max. 85 % (sans condensation)
Dimensions (Ø x H) :	env. 95 x 29 mm
Poids :	env. 112 g (avec piles)

Les caractéristiques techniques ainsi que la conception peuvent être soumises à des modifications sans avertissement préalable.



---

## 4. Consignes de sécurité

---

Préalablement à la première utilisation de l'appareil, veuillez lire attentivement les instructions suivantes et respectez tous les avertissements, même si la manipulation d'appareils électroniques vous est familière. Conservez ce mode d'emploi soigneusement en vue d'une consultation ultérieure. Si vous vendez ou transmettez l'appareil à une autre personne, vous devez absolument lui fournir le présent mode d'emploi. Il fait partie intégrante du produit.

### Symboles utilisés et leur signification



**DANGER !** Ce symbole, avertissant d'un « Danger », désigne une situation à caractère dangereux qui, si elle n'est pas évitée, peut provoquer des blessures graves, voire présenter un danger de mort.



**AVERTISSEMENT !** Ce symbole, servant d'« AVERTISSEMENT », indique des consignes importantes pour un fonctionnement en toute sécurité de l'appareil et pour la protection de l'utilisateur.



**ATTENTION !** Ce symbole, accompagné de l'indication « Attention », identifie des consignes importantes pour la prévention des dommages matériels.



Ce symbole attire l'attention sur des informations complémentaires sur le sujet.



### **DANGER ! Piles**

Mettez les piles en place en respectant toujours la polarité. Pour cela, tenez compte du marquage dans le compartiment à piles. N'essayez pas de recharger les piles et ne les jetez en aucun cas dans le feu. N'utilisez pas de piles de types différents simultanément (piles usagées et neuves, alcalines et carbone, etc.). Enlevez les piles si vous n'utilisez pas l'appareil pendant un certain temps. Tout usage non conforme des piles entraîne un risque d'explosion et de fuite. Les piles ne sont pas des jouets. Si une pile est avalée, veuillez immédiatement consulter un médecin. Les piles ne doivent en aucun cas être ouvertes ou déformées, car les produits chimiques déversés peuvent entraîner des blessures. En cas de contact de produits chimiques déversés avec la peau ou les yeux, rincez immédiatement abondamment avec de l'eau et consultez un médecin.



### **DANGER ! Enfants et personnes à capacités réduites**

Les appareils électriques ne doivent pas être mis entre les mains des enfants. Les personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ne doivent utiliser les appareils électriques que de manière appropriée. Ne laissez jamais les enfants et les personnes ayant des capacités réduites utiliser des appareils électriques sans surveillance. Si tel est le cas, ils doivent avoir appris à les utiliser de manière appropriée ou être surveillés par une personne responsable

de leur sécurité. D'une manière générale, il convient de surveiller les enfants afin de s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil. L'ingestion de petits composants peut représenter un danger de mort.

**Mettez également les films d'emballage hors de portée des enfants.**



**Risque d'étouffement !**



**ATTENTION ! Veillez à :**

- éviter toute exposition de l'appareil à des sources de chaleur directes (p. ex. de type chauffage) ;
- éviter toute exposition de l'appareil à la lumière directe du soleil ou à une forte lumière artificielle ;
- éviter tout contact avec des projections ou gouttes d'eau et avec des liquides agressifs ; éviter tout fonctionnement de l'appareil à proximité d'eau. L'appareil ne doit en aucun cas être immergé (ne pas placer d'objets remplis de liquides, tels que des vases ou boissons, sur ou à côté de l'appareil).
- éviter toute source de feu (p. ex. bougies allumées) sur ou à proximité de l'appareil ;
- éviter toute pénétration de corps étrangers ;

- éviter toute exposition de l'appareil à des variations de température excessives, ceci pouvant provoquer une condensation de l'humidité et des courts-circuits électriques ; en cas d'exposition malgré tout à de fortes variations de température, attendre (env. 2 heures) avant la mise en service, jusqu'à ce que l'appareil ait atteint la température ambiante ;
- éviter toute exposition à des chocs et vibrations excessives ;



### **Attention ! Entretien/réparation/nettoyage**

N'ouvrez pas l'appareil. Il ne contient aucune pièce ne devant être entretenue par l'utilisateur. En cas de panne, faites examiner l'appareil par un professionnel. Il est nécessaire de procéder à des réparations en cas d'endommagement de l'appareil, par ex. au niveau de son boîtier, en cas de pénétration de liquides ou d'objets à l'intérieur de l'appareil, ou si celui-ci ne fonctionne pas correctement ou est tombé. Suite à la constatation d'une formation de fumée, de bruits ou d'odeurs inhabituels, éteignez immédiatement l'appareil. Si nécessaire, retirez les piles. Dans de tels cas, ne plus utiliser l'appareil tant qu'un spécialiste n'a pas effectué de vérification. Les travaux de réparation ne doivent être réalisés que par un personnel qualifié. Ne jamais ouvrir le boîtier de l'appareil.

Nettoyez l'appareil à l'aide d'un tissu doux, propre, sec et non pelucheux. En cas de fortes salissures, humidifiez légèrement le tissu avec de l'eau tiède. N'utilisez aucun nettoyeur à base de solvant. Cela pourrait endommager le boîtier en plastique et les marquages présents.

## **5. Droits d'auteur**

---

Tous les contenus du présent mode d'emploi sont soumis aux droits d'auteur et sont mis à disposition du lecteur exclusivement à titre d'information.

Toute copie ou reproduction des données et informations sans l'accord explicite et écrit de l'auteur est interdite. Cette disposition s'applique également en cas d'utilisation commerciale des contenus et données.

Le texte et les illustrations sont conformes à l'état de la technique lors de l'impression.

## **6. Aperçu des éléments de commande et affichages**

---

Le présent mode d'emploi est doté d'enveloppes pliables. Veuillez déplier les pages de l'enveloppe afin de toujours garder les éléments de commande et les affichages sous les yeux.

- 1** DEL
- 2** Champ de commande tactile
- 3** Couvercle du compartiment à piles

## **7. Principe de fonctionnement**

---

- La lumière légère et bleue de la veilleuse d'aide à l'endormissement vise à réduire le stress.
- Pour atteindre sa taille maximum, le faisceau lumineux projeté a besoin de la moitié du temps dont il a besoin pour atteindre la taille minimum. Si vous synchronisez votre respiration avec ce rythme, vous expirez deux fois plus longtemps que vous n'inspirez.
- Au cours d'un cycle, le nombre de modulations passe 12 à 6 par minute. Ainsi, à la fin d'un cycle, vous atteignez le nombre de souffles optimal pour vous endormir.
- Vous concentrer sur le cercle lumineux bleu et respirer lentement vous aidera à oublier les soucis qui vous empêchent de dormir.

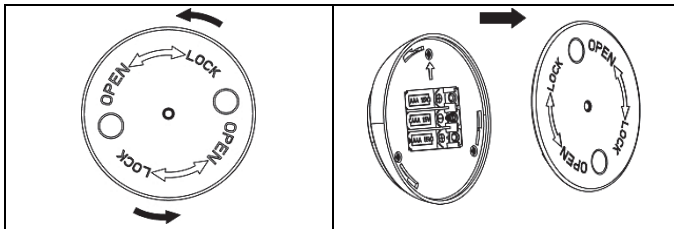
## 8. Avant la mise en service

### 8.1 Mise en place des piles

Insérez les piles fournies. Pour ce faire, ouvrez le compartiment à piles situé à l'arrière de l'appareil en tournant le couvercle du compartiment à piles (3) vers la flèche « **OPEN** » et en le retirant.

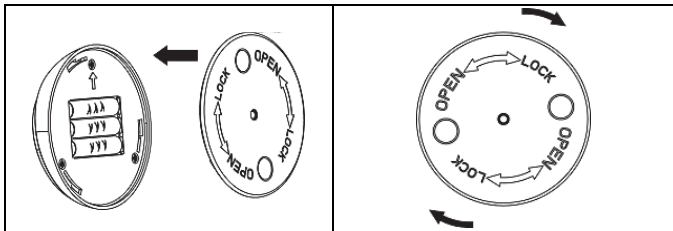


Pour le faire tourner, prenez la veilleuse d'aide à l'endormissement DEL dans les deux mains, et posez les pouces dans les encoches du couvercle du compartiment à piles (3). Cela vous permettra de faire tourner le couvercle en exerçant une force adaptée.



Insérez les piles en respectant la polarité (tenez compte de + et -). La polarité est représentée sous forme de schéma sur les piles et dans le compartiment à piles.

Ensuite, replacez le couvercle du compartiment à piles (3) sur le boîtier de façon à ce que les trois cosse de verrouillage s'insèrent dans les encoches situées à l'arrière de la veilleuse d'aide à l'endormissement DEL. À présent, faites tourner le couvercle du compartiment à piles (3) jusqu'à la butée vers la flèche « **LOCK** ».



Une fois les piles insérées, la veilleuse d'aide à l'endormissement DEL est en veille et est prête à être utilisée. Les DEL (1) sont éteintes.

## 9. Mise en service

### 9.1 Modes de fonctionnement

La veilleuse d'aide à l'endormissement dispose de deux modes de fonctionnement avec pour seule différence leur durée de fonctionnement.



---

**Mode de fonctionnement 1 : durée de fonctionnement de 10 minutes****Mode de fonctionnement 2 : durée de fonctionnement de 25 minutes**

La luminosité de la projection lumineuse possède trois niveaux de réglage.



Les explications ci-après parlent généralement de « pression courte » et de « pression longue » sur le champ de commande tactile (2).

Notez les durées suivantes :

Pression courte : moins d'une seconde

Pression longue : plus de trois secondes

Une fois la durée du mode de fonctionnement écoulée, la veilleuse d'aide à l'endormissement DEL passe automatiquement en veille.

**9.1.1 Activation du mode de fonctionnement 1 (10 minutes) :**

- En mode veille, appuyez brièvement sur le champ de contrôle tactile (2). Le mode de fonctionnement 1 est à présent activé.

**Paramétrage de la luminosité :**

Les DEL (1) de la veilleuse d'aide à l'endormissement possèdent trois niveaux de luminosité.

Exercer une pression longue sur le champ de commande tactile (2) lorsque le mode de fonctionnement 1 est actif modifie la luminosité. La modification du niveau de luminosité est confirmée par un double clignotement des DEL (1).

### **9.1.2 Activation du mode de fonctionnement 2 (25 minutes) :**

- Lorsque le mode de fonctionnement 1 est activé, appuyez brièvement sur le champ de contrôle tactile (2). Le mode de fonctionnement 2 est à présent activé. L'activation du mode de fonctionnement 2 est confirmée par un clignotement unique des DEL (1).

### **Paramétrage de la luminosité :**

Les DEL (1) de la veilleuse d'aide à l'endormissement possèdent trois niveaux de luminosité.

Exercer une pression longue sur le champ de commande tactile (2) lorsque le mode de fonctionnement 2 est actif modifie la luminosité. La modification du niveau de luminosité est confirmée par un double clignotement des DEL (1).

### **9.1.3 Faire passer la veilleuse d'aide à l'endormissement en veille**

- Lorsque le mode de fonctionnement 2 est activé, appuyez brièvement sur le champ de contrôle tactile (2) pour clôturer le mode de fonctionnement 2 et faire passer la veilleuse d'aide à l'endormissement en veille.

## **10. Utilisation**

---

- Installez la veilleuse d'aide à l'endormissement à portée de main.
- Activez le mode de fonctionnement souhaité.
- Plongez la pièce dans l'obscurité.

- La veilleuse d'aide à l'endormissement projette à présente un cercle lumineux bleu sur le plafond de la pièce.



La projection est de meilleure qualité sur des plafonds clairs et réfléchissants.

- Il est conseillé de s'allonger sur le dos. Une fois la durée du mode de fonctionnement écoulée, mettez-vous dans votre position favorite le cas échéant.
- Observez le cercle lumineux bleu et tentez de synchroniser votre respiration avec la lumière sans que cela ne vous demande d'efforts.
  - Inspirez lorsque le cercle lumineux grossit.
  - Expirez lorsque le cercle lumineux rétrécit.
  - Essayez de respirer avec le bas-ventre (respiration abdominale). Cela peut favoriser l'endormissement.



Ne vous forcez pas à vous endormir. Restez passif(-ve), observez le cercle lumineux et synchronisez votre respiration. Vous vous endormirez sans vous en rendre compte.

La veilleuse d'aide à l'endormissement DEL s'éteint automatiquement une fois la durée du mode de fonctionnement écoulée, que vous vous soyez endormi ou non.

## 11. Dépannage

---

### **L'appareil ne fonctionne pas.**

- Les piles sont vides ou insérées de manière incorrecte. Vérifiez si les piles ont été insérées correctement. Remplacez les piles vides par trois piles neuves 1,5 V de type AAA, Micro LR3, tel que décrit au chapitre 8.1.

### **La couleur des DEL (1) est foncée**

- Lorsqu'un mode de fonctionnement est activé, essayez de sélectionner un autre niveau de luminosité en exerçant une pression longue sur le champ de commande tactile (2).
- Les piles sont faibles. Remplacez les piles par trois piles neuves 1,5 V de type AAA, Micro LR3, tel que décrit au chapitre 8.1.

---

## 12. Directives environnementales et indications concernant l'élimination des déchets

---



Les appareils identifiés par ce symbole sont soumis à la directive européenne 2012/19/EU. Une fois hors d'usage, ne jetez pas le produit dans les ordures ménagères par souci d'écologie, mais procédez à son élimination de manière appropriée. Renseignez-vous



auprès de votre municipalité pour obtenir des informations sur les points de collecte et leurs heures d'ouverture. Les piles et batteries défectueuses ou usagées doivent être recyclées conformément à la directive 2006/66/EG et ses modifications. Éliminez les piles/batteries et/ou le produit via les points de collecte appropriés.

### **Dégâts écologiques dus à une élimination non appropriée des piles/batteries !**

Les batteries et piles ne peuvent pas être éliminées dans les ordures ménagères. Elles peuvent contenir des métaux lourds toxiques et doivent faire l'objet d'une élimination séparée. Les symboles chimiques des métaux lourds sont les suivants : Cd = cadmium, Hg = mercure, Pb = plomb. Amenez les piles et batteries usagées aux points de collectes de votre municipalité.



L'élimination de l'emballage doit également respecter les directives environnementales. Les cartons peuvent être déposés dans les bacs de collecte de vieux papiers ou aux points de collecte publics en vue de leur recyclage.



Veuillez prendre en compte l'identification des matériaux d'emballage lors du tri sélectif. Ils sont caractérisés par des abréviations (a) et des numéros (b) ayant la signification suivante :

1-7 : plastique / 20-22 : Papier et carton/

80-98 : matériaux composites

### **13. Remarques relatives à la conformité**

---



Ce produit est conforme aux dispositions des directives européennes et nationales en vigueur. La conformité a été démontrée. Les déclarations de conformité et documents correspondants sont disponibles auprès du fabricant.

Le document intégral de la déclaration de conformité UE est disponible au téléchargement sous le lien suivant :

[www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf](http://www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf)

---

## 14. Remarques concernant la garantie et le service après-vente

---

### Garantie de TARGA GmbH

FR

La garantie accordée sur ce produit est de trois ans à partir de la date d'achat. Merci de conserver le ticket de caisse d'origine comme preuve d'achat. Avant de mettre votre produit en service, merci de lire la documentation jointe. Si un problème survient qui ne peut être résolu de cette manière, merci de vous adresser à notre assistance téléphonique. Pour toute demande, ayez la référence de l'article et si disponible, le numéro de série, à portée de main. S'il est impossible d'apporter une solution par téléphone, notre assistance téléphonique organisera une intervention technique en fonction de l'origine de la panne. Pendant la période de garantie, si un défaut matériel ou de fabrication est constaté, le produit sera soit réparé, soit remplacé, le choix restant à notre discrétion. La réparation ou le remplacement du produit ne prolonge pas d'autant la période de garantie. Les consommables comme les piles, les piles rechargeables et les ampoules sont exclus de la garantie.

Vos droits légaux à la garantie envers le vendeur ne sont ni affectés, ni limités par la présente garantie.

Indépendamment de la garantie commerciale souscrite, le vendeur reste tenu des défauts de conformité du bien et des vices rédhibitoires dans les conditions prévues aux articles L217-4 à L217-13 du Code de la consommation et aux articles 1641 à 1648 et 2232 du Code Civil.

---

### **Article L217-16 du Code de la consommation**

Lorsque l'acheteur demande au vendeur, pendant le cours de la garantie commerciale qui lui a été consentie lors de l'acquisition ou de la réparation d'un bien meuble, une remise en état couverte par la garantie, toute période d'immobilisation d'au moins sept jours vient s'ajouter à la durée de la garantie qui restait à courir. Cette période court à compter de la demande d'intervention de l'acheteur ou de la mise à disposition pour réparation du bien en cause, si cette mise à disposition est postérieure à la demande d'intervention.

### **Article L217-4 du Code de la consommation**

Le vendeur livre un bien conforme au contrat et répond des défauts de conformité existant lors de la délivrance.

Il répond également des défauts de conformité résultant de l'emballage, des instructions de montage ou de l'installation lorsque celle-ci a été mise à sa charge par le contrat ou a été réalisée sous sa responsabilité.

### **Article L217-5 du Code de la consommation**

Le bien est conforme au contrat :

1° S'il est propre à l'usage habituellement attendu d'un bien semblable et, le cas échéant :

- s'il correspond à la description donnée par le vendeur et possède les qualités que celui-ci a présentées à l'acheteur sous forme d'échantillon ou de modèle ;
- s'il présente les qualités qu'un acheteur peut légitimement attendre eu égard aux déclarations publiques faites par le vendeur, par le producteur ou par son représentant, notamment dans la publicité ou l'étiquetage ;



2° Ou s'il présente les caractéristiques définies d'un commun accord par les parties ou être propre à tout usage spécial recherché par l'acheteur, porté à la connaissance du vendeur et que ce dernier a accepté.

### **Article L217-12 du Code de la consommation**

L'action résultant du défaut de conformité se prescrit par deux ans à compter de la délivrance du bien.

### **Article 1641 du Code civil**

Le vendeur est tenu de la garantie à raison des défauts cachés de la chose vendue qui la rendent impropre à l'usage auquel on la destine, ou qui diminuent tellement cet usage que l'acheteur ne l'aurait pas acquise, ou n'en aurait donné qu'un moindre prix, s'il les avait connus.

### **Article 1648 1er alinéa du Code civil**

L'action résultant des vices rédhibitoires doit être intentée par l'acquéreur dans un délai de deux ans à compter de la découverte du vice.

Les pièces détachées indispensables à l'utilisation du produit sont disponibles pendant la durée de la garantie du produit.



**Service**



Téléphone : 0800 919270

E-Mail : [targa@lidl.fr](mailto:targa@lidl.fr)

**IAN: 309685**



**Fabricant**

TARGA GmbH  
Coesterweg 45  
DE-59494 Soest  
ALLEMAGNE

**Garantie de TARGA GmbH**

La garantie accordée sur ce produit est de trois ans à partir de la date d'achat. Merci de conserver le ticket de caisse d'origine comme preuve d'achat. Avant de mettre votre produit en service, merci de lire la documentation jointe. Si un problème survient qui ne peut être résolu de cette manière, merci de vous adresser à notre assistance téléphonique. Pour toute demande, ayez la référence de l'article et si disponible, le numéro de série, à portée de main. S'il est impossible d'apporter une solution par téléphone, notre assistance téléphonique organisera une intervention technique en fonction de l'origine de la panne. Pendant la période de garantie, si un défaut matériel ou de fabrication est constaté, le produit sera soit réparé, soit remplacé, le choix restant à notre discrétion. La réparation ou le remplacement du produit ne prolonge pas d'autant la période de garantie. Les consommables comme les piles, les piles rechargeables et les ampoules sont exclus de la garantie.

Vos droits légaux vis-à-vis du vendeur ne sont ni affectés ni limités par cette garantie.



## Service

BE

Téléphone : 070 270 171

E-Mail : [targa@lidl.be](mailto:targa@lidl.be)

LU

Téléphone : +32 70 270 171

E-Mail : [targa@lidl.be](mailto:targa@lidl.be)

CH

Téléphone : 0842 665 566

E-Mail : [targa@lidl.ch](mailto:targa@lidl.ch)

**IAN: 309685**



## Fabricant

TARGA GmbH

Coesterweg 45

DE-59494 Soest

ALLEMAGNE

---

## Inhoud

---

1. Gebruik volgens de voorschriften .....	60
2. Inhoud van de verpakking .....	61
3. Technische specificaties .....	61
4. Veiligheidsinformatie .....	62
5. Auteursrecht .....	65
6. Overzicht van de bedieningselementen en displays .....	66
7. Het werkingsprincipe .....	66
8. Voor de ingebruikname .....	67
8.1 Batterijen plaatsen .....	67
9. Ingebruikname .....	69
9.1 De bedrijfsmodi .....	69
9.1.1 Activeren van bedrijfsmodus 1 (10 minuten): .....	69
9.1.2 Activeren van bedrijfsmodus 2 (25 minuten): .....	70
9.1.3 Led-inslaaphulp naar de stand-bymodus omschakelen .....	70
10. Gebruik .....	70
11. Problemen oplossen .....	71
12. Milieu-informatie en afvalverwijdering .....	72
13. Conformiteitsnotities .....	73
14. Instructies inzake garantie en servicevoorwaarden .....	74

## **Van harte gefeliciteerd!**

Met de aankoop van de LIVARNO LUX led-inslaaphulp SKWH 4 A1, hierna led-inslaaphulp genoemd, hebt u gekozen voor een hoogwaardig product.

Leer de led-inslaaphulp voor de eerste ingebruikname kennen en lees deze gebruiksaanwijzing aandachtig door. Let vooral op de veiligheidsaanwijzingen en gebruik de led-inslaaphulp alleen zoals in deze gebruiksaanwijzing is beschreven en voor de vermelde toepassingsgebieden.

Bewaar deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig. Overhandig ook alle documentatie, wanneer u de led-inslaaphulp aan derden overdraagt.

## **1. Gebruik volgens de voorschriften**

---

Deze led-inslaaphulp ondersteunt u door toenemende en afnemende lichtcirkels om uw ademhaling zo te veranderen dat u beter in slaap kunt vallen. Deze mag uitsluitend voor particuliere en niet voor industriële of commerciële doeleinden, alsmede uitsluitend in binnenruimten worden gebruikt. Bovendien mag deze niet in tropische klimaatzones worden gebruikt. De fabrikant sluit iedere aansprakelijkheid voor schade of storingen als gevolg van ongeoorloofde verandering van het apparaat uit. Gebruik uitsluitend accessoires die door de fabrikant zijn goedgekeurd. Houd u aan de voorschriften en wetten in het betreffende land van gebruik.

Elk ander gebruik dan in deze gebruiksaanwijzing is beschreven, is niet volgens de voorschriften en leidt tot uitsluiting van de vrijwaring en aansprakelijkheid.

## 2. Inhoud van de verpakking

Neem het apparaat en alle accessoires uit de verpakking. Verwijder alle verpakkingsmaterialen en controleer of alle onderdelen compleet en onbeschadigd zijn. Neem contact op met de leverancier, indien de inhoud van de verpakking incompleet of beschadigd is.

- Led-inslaaphulp
- 3 batterijen 1,5 V, AAA, micro LR3

## 3. Technische specificaties

Korte beschrijving van de apparatuur:	LIVARNO LUX LEL 4 A1
Voedingsspanning:	3 x 1,5 V LR03/micro/AAA
Lichtbron:	4 x led 0,06 W
Bedrijfstemperatuur:	0 °C tot 50 °C
Opslagtemperatuur:	0 °C tot +55 °C
Luchtvochtigheid:	max. 85% rel. luchtvochtigheid (niet condenserend)
Afmetingen (Ø x h):	ca. 95 x 29 mm
Gewicht:	ca. 112 g (incl. batterijen)

De technische specificaties en het design kunnen zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd.

## 4. Veiligheidsinformatie

---

Lees voor het eerste gebruik van het apparaat de volgende instructies aandachtig door, en neem alle veiligheidswaarschuwingen in acht, ook wanneer u met het gebruik van elektronische apparatuur vertrouwd bent. Bewaar deze handleiding zorgvuldig, zodat u deze later nog eens kunt raadplegen. Wanneer u het apparaat verkoopt of aan iemand anders doorgeeft, dient u deze handleiding mee te leveren. Deze maakt deel uit van het product.

### Gebruikte symbolen en hun betekenis



**GEVAAR!** Dit symbool, met het woord "Gevaar", duidt op een mogelijk gevaarlijke situatie die, als deze niet wordt vermeden, tot ernstig letsel of zelfs de dood kan leiden.



**WAARSCHUWING!** Dit symbool, met het woord "waarschuwing", duidt op belangrijke informatie voor het veilige gebruik van het apparaat en ter bescherming van de gebruiker.



**OPGELET!** Dit symbool, met het woord "Opgelet", duidt op belangrijke informatie ter bescherming tegen materiële schade.



Dit symbool verwijst naar overige informatie met betrekking tot de veiligheid.



### **GEVAAR! Batterijen**

Plaats de batterijen met de juiste polariteit. Let hiervoor op de symbolen in het batterijvak. Probeer batterijen niet opnieuw op te laden en gooi ze nooit in het

---



vuur. Gebruik geen verschillende batterijen (oude en nieuwe, alkaline en koolstof, enz.) tegelijkertijd. Verwijder de batterijen als u het apparaat gedurende langere tijd niet gebruikt. Onjuist gebruik van de batterijen kan tot explosiegevaar en lekkende batterijen leiden. Batterijen zijn geen kinderspeelgoed. Raadpleeg onmiddellijk een arts bij het inslikken van batterijen. Batterijen mogen niet geopend of vervormd worden, omdat in dat geval lekkende chemicaliën persoonlijk letsel kunnen veroorzaken. Spoel bij contact met huid en ogen met lekkende chemicaliën onmiddellijk met veel water af resp. uit en ga naar een arts.



### **GEVAAR! Kinderen en personen met beperkingen**

Elektrische apparatuur hoort niet in de handen van kinderen. Mensen met beperkte fysieke, sensorische of geestelijke vaardigheden mogen elektrische apparatuur alleen binnen het kader van hun mogelijkheden gebruiken. Laat kinderen en mensen met beperkingen nooit elektrische apparaten gebruiken zonder toezicht, tenzij ze passende instructies hebben gekregen, of als ze onder toezicht staan van iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid. Op kinderen moet principieel toezicht worden gehouden, zodat kan worden verzekerd dat ze het apparaat niet als speelgoed gebruiken. Kleine onderdelen kunnen bij inslikken levensgevaar opleveren.

### **Houd de verpakingsfolie uit de buurt van kinderen.**



**Er is verstikkingsgevaar!**



### **OPGELET! Houd het volgende in acht:**

- Plaats het apparaat niet in de onmiddellijke nabijheid van directe warmtebronnen (bijv. verwarmingen).
- Zorg ervoor dat er geen direct zonlicht of krachtig kunstlicht op het apparaat valt.
- Vermijd contact met opspattend water, waterdruppels en agressieve vloeistoffen en gebruik het apparaat niet in de buurt van water. Dompel het apparaat nooit onder (zet geen met vloeistof gevulde voorwerpen, zoals vazen of drinkglazen, op of naast het apparaat).
- Zet geen open vuur (bijv. brandende kaarsen) op of naast het apparaat.
- Let op dat er geen vreemde voorwerpen binnendringen.
- Stel het apparaat niet bloot aan hevige temperatuurschommelingen om te voorkomen dat vocht uit de lucht condenseert en kortsluiting veroorzaakt. Indien het apparaat toch aan een hevige temperatuurschommeling is blootgesteld, dient u circa 2 uur te wachten totdat het apparaat de omgevingstemperatuur heeft aangenomen voordat u het in gebruik neemt.
- Stel het apparaat niet bloot aan overmatige schokken of trillingen.



### **OPGELET! Onderhoud/reparatie/reiniging**

Open het apparaat niet. Het bevat geen onderdelen die de gebruiker dient te onderhouden. Laat het apparaat bij een storing door een vakman controleren.

Reparaties zijn noodzakelijk, wanneer het apparaat beschadigd is, bijvoorbeeld wanneer de behuizing beschadigd is, vloeistof of voorwerpen in het apparaat zijn binnengedrongen, of wanneer het apparaat niet foutloos werkt of is gevallen. Schakel het apparaat direct uit en verwijder de batterijen, indien mogelijk, als u rookontwikkeling, vreemde geluiden of geuren opmerkt. In deze gevallen mag het apparaat niet meer worden gebruikt, voordat het door een vakman is gecontroleerd. Laat alle reparaties uitsluitend door gekwalificeerd vakpersoneel uitvoeren. Open nooit de behuizing van het apparaat.

Reinig het apparaat met een zachte, schone, droge en pluisvrije doek. U kunt de doek licht bevochtigen met lauwwarm water voor het verwijderen van ernstige vervuilingen. Gebruik geen reinigingsmiddelen met oplosmiddel. De kunststof behuizing en het opschrift kunnen daardoor worden aangetast.

---

## **5. Auteursrecht**

De inhoud van deze gebruiksaanwijzing is auteursrechtelijk beschermd en wordt uitsluitend als informatiebron aan de lezer beschikbaar gesteld.

Het kopiëren of vermenigvuldigen van gegevens en informatie is niet toegestaan zonder de uitdrukkelijke, schriftelijke toestemming van de auteur. Dit geldt ook voor het commerciële gebruik van de inhoud en gegevens.

De tekst en afbeeldingen zijn technisch correct bij het ter perse gaan.

## 6. Overzicht van de bedieningselementen en displays

---

Deze gebruiksaanwijzing is bovendien voorzien van uitklapbare omslagen. Klap de omslag uit, zodat u de bedieningselementen en displayweergaven steeds kunt zien.

- 1 LED's
- 2 Touchdisplay
- 3 Deksel batterijvak

## 7. Het werkingsprincipe

---

- Het zwakke blauwe licht van de led-inslaaphulp heeft een stressverminderend effect.
- De geprojecteerde lichtbundel heeft voor het bereiken van zijn maximale grootte slechts de helft van de tijd nodig die deze vervolgens voor het bereiken van de minimale grootte nodig heeft. Wanneer u nu uw ademhaling met dit ritme synchroniseert, heeft dat tot gevolg dat u dubbel zo lang uitademt als inademt.
- In de loop van een cyclus daalt het aantal modulaties van 12 naar 6 per minuut. Zo bereikt u aan het einde van een cyclus het aantal ademhalingen dat optimaal is om in slaap te vallen.

- Door de concentratie op de blauwe lichtcirkel en de langzame ademhaling wordt u afgeleid van andere gedachten of zorgen, die anders voorkomen dat u in slaap valt.

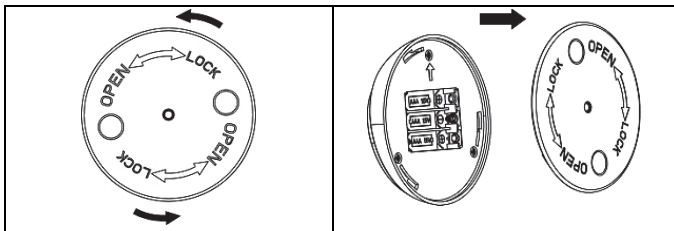
## 8. Voor de ingebruikname

### 8.1 Batterijen plaatsen

Plaats eerst de meegeleverde batterijen. Open daarvoor het batterijvak aan de achterkant van het apparaat door het deksel van het batterijvak (3) in de richting van de pijlmarkering "OPEN" te draaien en te verwijderen.

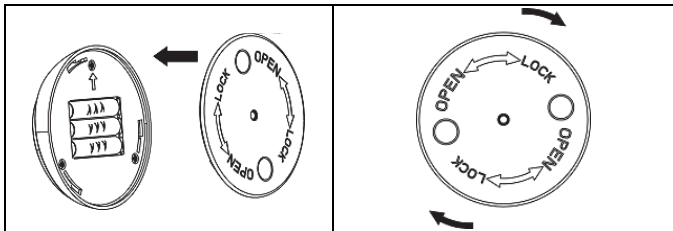


Pak voor het draaien de led-inslaaphulp met beide handen vast en plaats de duimen in de verdiepingen in het deksel van het batterijvak (3). Zo kunt u de kracht optimaal overdragen die is vereist om te draaien.



Plaats de batterijen met de juiste polariteit (let op + en -). De polariteit wordt zowel op de batterijen als in het batterijvak met symbolen weergegeven.

Plaats vervolgens het deksel van het batterijvak (3) weer terug op de apparaatbehuizing, zodat de 3 vergrendelingsnokken in de verdiepingen aan de achterkant van de led-inslaaphulp grijpen. Draai nu het deksel van het batterijvak (3) tot aan de aanslag in de richting van de pijlmarkering "**LOCK**".



Na het plaatsen van de batterijen staat de led-inslaaphulp in de stand-bymodus en is deze bedrijfsklaar. De led's (1) zijn uit.

---

## 9. Ingebruikname

---

### 9.1 De bedrijfsmodi

De led-inslaaphulp heeft 2 bedrijfsmodi die slechts verschillen door de looptijd.

**Bedrijfsmodus 1: looptijd 10 minuten**

**Bedrijfsmodus 2: looptijd 25 minuten**

De lichtsterkte van de lichtprojectie kan in 3 trappen worden ingesteld.



Hierna wordt vaker over kort en lang drukken op het touchdisplay (2) gesproken.

Neem de volgende tijden in acht:

Kort drukken: korter dan 1 seconde

Lang drukken: langer dan 3 seconden

Na het verstrijken van de looptijd van de gekozen bedrijfsmodus schakelt de led-inslaaphulp automatisch naar de stand-bymodus.

#### 9.1.1 Activeren van bedrijfsmodus 1 (10 minuten):

- Druk in de stand-bymodus kort op het touchdisplay (2). Bedrijfsmodus 1 is nu geactiveerd.

#### **Instelling van de lichtsterkte:**

De led's (1) van de led-inslaaphulp kunnen in 3 lichtsterkteniveaus branden.

Lang drukken op het touchdisplay (2) bij actieve bedrijfsmodus 1 zorgt voor een verandering van de lichtsterkte. De wijziging van het lichtsterkteniveau wordt door twee keer knipperen van de led's (1) bevestigd.

---

### **9.1.2 Activeren van bedrijfsmodus 2 (25 minuten):**

- Druk bij de actieve bedrijfsmodus 1 kort op het touchdisplay (2). Bedrijfsmodus 2 is nu geactiveerd. De activering van bedrijfsmodus 2 wordt door één keer knippen van de led's (1) bevestigd.

### **Instelling van de lichtsterkte:**

De led's (1) van de led-inslaaphulp kunnen in 3 lichtsterkteniveaus branden.

Lang drukken op het touchdisplay (2) bij actieve bedrijfsmodus 2 zorgt voor een verandering van de lichtsterkte. De wijziging van het lichtsterkteniveau wordt door twee keer knippen van de led's (1) bevestigd.

### **9.1.3 Led-inslaaphulp naar de stand-bymodus omschakelen**

- Druk bij de actieve bedrijfsmodus 2 kort op het touchdisplay (2) om bedrijfsmodus 2 te beëindigen en de led-inslaaphulp naar de stand-bymodus te schakelen.

## **10. Gebruik**

---

- Plaats de led-inslaaphulp binnen handbereik.
- Schakel de gewenste bedrijfsmodus in.
- Verduister de ruimte.
- De led-inslaaphulp projecteert nu een blauwe lichtcirkel op het plafond van de kamer.





De projectie is het beste te zien bij een licht, reflecterend plafond.

- De ideale ligpositie is op de rug. Ga na afloop van de gekozen bedrijfsmodus eventueel liggen in uw favoriete slaappositie.
- Kijk naar de blauwe lichtcirkel en probeer om uw ademhaling zonder inspanning met het licht te synchroniseren:
  - Inademen wanneer de lichtcirkel groter wordt.
  - Uitademen wanneer de lichtcirkel kleiner wordt.
  - Probeer, indien mogelijk, met het onderlichaam adem te halen (buikademhaling). Dit kan een positief effect hebben om in slaap te kunnen vallen.



Dwing u niet om in slaap te vallen. Blijf gewoon passief, kijk naar de lichtcirkel en haal gesynchroniseerd adem. Dan komt de slaap vanzelf.

Het maakt niet uit of u tijdens of na afloop van de gekozen bedrijfsmodus in slaap valt; de led-inslaaphulp schakelt automatisch uit.

---

## 11. Problemen oplossen

---

### Geen werking

- De batterijen zijn leeg of verkeerd geplaatst. Controleer of de batterijen correct zijn geplaatst. Vervang lege batterijen door 3 nieuwe 1,5 V-batterijen van type AAA, micro LR3, zoals in hoofdstuk 8.1 is beschreven.

### **Led's (1) verlichten onvoldoende**

- Probeer om door lang te drukken op het touchdisplay (2) in de actieve bedrijfsmodus een ander lichtsterkteniveau in te stellen.
- De batterijen zijn zwak. Vervang de batterijen door 3 nieuwe 1,5 V-batterijen van type AAA, micro LR3, zoals in hoofdstuk 8.1 is beschreven.

## **12. Milieu-informatie en afvalverwijdering**

---



Apparaten die met dit symbool zijn gekenmerkt, zijn onderworpen aan de Europese richtlijn 2012/19/EU. Gooi uw product, wanneer het heeft uitgediend, in het belang van de milieubescherming niet weg met het huishoudelijk afval, maar breng het naar een vakkundig afvalverwijderingspunt. Uw verantwoordelijke gemeente biedt informatie over inzamelpunten en hun openingstijden. Defecte of afgedankte batterijen/accu's moeten conform Richtlijn 2006/66/EG en hun amendementen worden gerecycled. Geef de batterijen/accu's en/of het product via de aangeboden inzamelpunten terug.



### **Milieuschade door verkeerde afvalverwijdering van de batterijen/accu's!**

Batterijen/accu's mogen niet via het huishoudelijk afval worden weggegooid. Deze kunnen toxische, zware metalen bevatten en dienen via het speciale afval te worden weggegooid. De chemische symbolen van de zware metalen zijn de volgende:

Cd = cadmium, Hg = kwik, Pb = lood. Geef de verbruikte batterijen/accu's daarom bij een gemeentelijk inzamelpunt af.



Zorg ook voor een milieuvriendelijke verwijdering van het verpakkingsmateriaal. Karton kan met het oud papier worden ingeleverd of op openbare inzamelpunten voor recycling worden afgegeven.



Volg bij de afvalscheiding de aanduidingen op de verpakkingsmaterialen, die gekenmerkt zijn met afkortingen (a) en nummers (b) met de volgende betekenis:

1-7: Kunststoffen / 20-22: Papier en karton/  
80-98: Compositiematerialen.

### 13. Conformiteitsnotities



Dit product voldoet aan de eisen van de toepasselijke Europese en nationale richtlijnen. De conformiteit werd aangetoond. Dienovereenkomstige toelichtingen en documentatie zijn bij de fabrikant opvraagbaar.

De volledige EU-conformiteitsverklaring kan via de volgende link worden gedownload:

[www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf](http://www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf)

## **14. Instructies inzake garantie en servicevoorwaarden**

---

### **Garantie van TARGA GmbH**

U krijgt op dit apparaat 3 jaar garantie vanaf de datum van aankoop. Gelieve de originele kassabon als bewijs van aankoop te bewaren. Lees voordat u het product in gebruik neemt de bijbehorende documentatie door. Mocht er een probleem optreden dat op deze manier niet kan worden opgelost, neem dan contact op met onze hotline. Houdt u bij elke navraag het artikelnummer of indien beschikbaar het serienummer bij de hand. In het geval dat een oplossing per telefoon niet mogelijk is, zal onze hotline er afhankelijk van de oorzaak van het probleem voor zorgen dat het probleem op andere wijze wordt opgelost. Binnen de garantie wordt het product bij materiaal- of fabricagefouten – naar ons goeddunken – gratis gerepareerd of vervangen. Met de reparatie of vervanging van het product begint geen nieuwe garantietermijn. Verbruiksmateriaal zoals batterijen, accu's en lampen vallen buiten de garantie.

Uw wettelijke rechten jegens de verkoper worden door deze garantie niet aangetast of beperkt.



## Service

NL

Telefoon: 0900 0400 223

E-Mail: [targa@lidl.nl](mailto:targa@lidl.nl)

BE

Telefoon: 070 270 171

E-Mail: [targa@lidl.be](mailto:targa@lidl.be)

LU

Telefoon: +32 70 270 171

E-Mail: [targa@lidl.be](mailto:targa@lidl.be)

**IAN: 309685**



## Fabrikant

TARGA GmbH  
Coesterweg 45  
DE-59494 Soest  
DUITSLAND

## Spis treści

---

1. Zastosowanie zgodne z przeznaczeniem.....	77
2. Zawartość opakowania.....	78
3. Dane techniczne.....	78
4. Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa.....	79
5. Prawa autorskie.....	83
6. Przegląd elementów obsługowych i komunikatów.....	83
7. Zasada działania.....	83
8. Przed pierwszym uruchomieniem.....	84
8.1 Włożenie baterii.....	84
9. Uruchomienie.....	85
9.1 Tryby pracy.....	85
9.1.1 Uruchomienie trybu pracy 1 (10 minut):.....	86
9.1.2 Uruchomienie trybu pracy 2 (25 minut):.....	87
9.1.3 Przełączenie lampki nocnej LED w tryb czuwania.....	87
10. Użytkowanie.....	87
11. Rozwiązywanie problemów.....	88
12. Informacje dotyczące środowiska naturalnego i utylizacji odpadów.....	89
13. Zgodność.....	90
14. Informacje dotyczące gwarancji i serwisu.....	91

## **Gratulacje!**

Dokonując zakupu lampki nocnej LED LIVARNO LUX LEL 4 A1, zwanej w dalszej części instrukcji „lampką nocną LED”, zdecydowali się Państwo na produkt najwyższej jakości.

Przed pierwszym uruchomieniem lampki nocnej LED należy zapoznać się z urządzeniem i przeczytać uważnie niniejszą instrukcję obsługi. Przede wszystkim należy przestrzegać wskazówek dotyczących bezpieczeństwa i używać lampki nocnej LED jedynie w sposób przedstawiony w niniejszej instrukcji obsługi i w opisanych w instrukcji celach.

Proszę zachować niniejszą instrukcję obsługi. Podczas przekazywania lampki nocnej LED innej osobie należy jej także przekazać wszystkie dokumenty.

## **1. Zastosowanie zgodne z przeznaczeniem**

---

Dzięki rosnącym i malejącym kręgom światła Lampka nocna LED pomaga użytkownikowi zmienić rytm oddychania na bardziej sprzyjający zasypianiu. Nie można jej używać w celach przemysłowych ani komercyjnych, lecz wyłącznie w celach prywatnych, tylko w pomieszczeniach. Nie można jej także używać w tropikalnych strefach klimatycznych. Producent nie ponosi odpowiedzialności za uszkodzenia ani usterki wynikające z przeprowadzanych na własną rękę modyfikacji urządzenia. Należy używać wyłącznie akcesoriów zalecanych przez producenta. Proszę przestrzegać przepisów prawa kraju, w którym korzysta się z urządzenia.

---

Każdy inny sposób użycia niż opisany w niniejszej instrukcji obsługi jest niezgodny z przeznaczeniem urządzenia i skutkuje utratą rękojmi i wyłączeniem odpowiedzialności.

## **2. Zawartość opakowania**

---

Wyjąć z opakowania urządzenie i wszystkie akcesoria. Zdjąć wszystkie opakowania i sprawdzić, czy wszystkie części są kompletne i nieuszkodzone. Jeśli zawartość opakowania jest niekompletna lub uszkodzona, należy zwrócić się do producenta.

- Lampka nocna LED
- 3 baterie 1,5 V, AAA, Micro LR3

## **3. Dane techniczne**

---

Krótki opis urządzenia:	LIVARNO LUX LEL 4 A1
Napięcie zasilające:	3 x 1,5 V LR03/Mikro/AAA
Źródło światła:	4 x LED 0.06 W
Temperatura pracy:	0 do 50 °C
Temperatura składowania:	0 °C do 55 °C
Wilgotność powietrza:	maks. 85% wilgotności względnej (bez kondensacji)
Wymiary (Ø x H):	ok. 95 x 29 mm
Waga:	ok. 112 g (z bateriami)

Zmiany danych technicznych i wzorów mogą być przeprowadzane bez zapowiedzi.

---



---

## 4. Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa

---

Przed pierwszym użyciem urządzenia należy dokładnie przeczytać znajdujące się poniżej zalecenia i mieć na uwadze wszystkie ostrzeżenia, nawet jeśli użytkownik wie, jak obchodzić się z urządzeniami elektronicznymi. Proszę zachować niniejszą instrukcję w celu późniejszego wykorzystania. Jeśli użytkownik sprzedaje lub przekazuje urządzenie innej osobie, bezwzględnie należy dołączyć także instrukcję. Stanowi ona część produktu.

### Użyte symbole i ich znaczenie



**NIEBEZPIECZEŃSTWO!** Ten symbol informujący o „niebezpieczeństwie” oznacza możliwą niebezpieczną sytuację, która, jeśli użytkownik jej nie zapobiegnie, może doprowadzić do ciężkich obrażeń, a nawet śmierci.



**OSTRZEŻENIE!** Ten symbol z informacją „Ostrzeżenie” oznacza ważne informacje dotyczące bezpiecznej eksploatacji urządzenia, które mają na celu ochronę użytkownika.



**UWAGA!** Ten symbol z informacją „Uwaga” oznacza ważne informacje dotyczące ochrony przed uszkodzami materialnymi.



Ten symbol oznacza dalsze informacje na dany temat.

**NIEBEZPIECZEŃSTWO! Baterie**

Baterie należy zawsze wkładać z zachowaniem prawidłowej polaryzacji. W tym celu należy uwzględnić oznaczenie na pojemniku na baterie. Nie należy próbować ponownie ładować baterii i nie można ich nigdy wrzucać do ognia. Nie należy używać jednocześnie różnych baterii (starych i nowych, alkalicznych i węglowo-cynkowych itp.). Baterie należy wyjąć, jeśli urządzenie nie jest używane przez dłuższy czas. W przypadku niewłaściwego użycia baterii występuje ryzyko wybuchu i wycieku. Baterie nie są zabawkami dla dzieci. W razie połamania baterii należy bezzwłocznie skontaktować się z lekarzem. Baterii nie można otwierać ani odkształcać, ponieważ wyciekające substancje chemiczne mogą powodować obrażenia. W razie kontaktu wyciekającej substancji chemicznej ze skórą lub oczami należy koniecznie je przepłukać ew. wyplukać dużą ilością wody i udać się do lekarza.

**NIEBEZPIECZEŃSTWO! Dzieci i osoby z ograniczoną sprawnością**

Dzieci nie powinny się bawić urządzeniami elektrycznymi. Także osoby z ograniczonymi zdolnościami fizycznymi, zmysłowymi lub umysłowymi mogą korzystać z urządzeń elektrycznych tylko w odpowiednim zakresie. Nigdy nie należy pozwolić dzieciom ani osobom podlegającym różnym ograniczeniom korzystać z urządzeń elektrycznych bez nadzoru. chyba że zostały one odpowiednio poinstruowane lub są nadzorowane przez osobę odpowiedzialną

za ich bezpieczeństwo. Dzieci zasadniczo muszą pozostawać pod nadzorem w celu zapewnienia, że nie bawią się urządzeniem. W razie połączenia małe elementy urządzenia mogą stanowić zagrożenie dla życia.

### **Chronić także opakowania przed dziećmi i osobami niepełnosprawnymi.**



**Istnieje ryzyko uduszenia.**



**UWAGA! Należy uważać, aby:**

- nie wystawiać urządzenia na działanie bezpośrednich źródeł ciepła (np. grzejników);
- nie wystawiać urządzenia na działanie bezpośrednich promieni słonecznych lub ostrego sztucznego światła;
- należy również chronić urządzenie przed pryskającą i kapiącą wodą oraz płynami żrącymi i nie korzystać z niego w pobliżu wody; W szczególności urządzenia nie można nigdy zanurzać w wodzie (nie należy stawiać na nim ani obok niego wypełnionych płynem przedmiotów, takich jak wazon czy pojemniki z napojami);
- nie umieszczać otwartych źródeł ognia (np. palących się świeczek) na urządzeniu ani obok niego;
- nie dopuszczać do wnikania ciał obcych do wnętrza urządzenia;
- nie wystawiać urządzenia na działanie nadmiernych wahań temperatury – w przeciwnym razie może to prowadzić do skraplania się pary wodnej

z powietrza i zwarć elektrycznych; jeśli jednak urządzenie wystawiono na działanie nadmiernych wahań temperatury, należy poczekać z uruchomieniem (ok. 2 godziny), aż temperatura urządzenia zrówna się z temperaturą otoczenia.

- nie wystawiać urządzenia na działanie nadmiernych wstrząsów i drgań.



### **Uwaga! Konserwacja /naprawa /czyszczenie**

Nie należy otwierać urządzenia. Nie posiada ono żadnych części wymagających konserwacji ze strony użytkownika. W razie usterki należy zlecić kontrolę urządzenia specjalście. Naprawy są konieczne, jeśli urządzenie uległo uszkodzeniu, np. gdy obudowa została uszkodzona, do wnętrza urządzenia przedostały się płyny lub jeśli nie działa ono w pełni prawidłowo bądź spadło. Jeśli użytkownik zobaczy dym, usłyszy nietypowe dźwięki lub poczuje nietypowe zapachy, musi natychmiast wyłączyć urządzenie i, w miarę możliwości, wyjąć baterie. W takim przypadku nie należy korzystać z urządzenia, dopóki nie przejdzie ono kontroli specjalisty. Przeprowadzanie wszystkich napraw zlecać wyłącznie wykwalifikowanym specjalistom. Nigdy nie należy otwierać obudowy urządzenia.

Urządzenie należy czyścić miękką, czystą, suchą i gładką ściereczką. W celu usunięcia większych zabrudzeń można nieco zmoczyć ściereczkę letnią wodą. Nie należy używać środków czyszczących zawierających rozpuszczalniki, ponieważ mogą one uszkodzić obudowę z tworzywa sztucznego oraz napisy.

## **5. Prawa autorskie**

---

Cała treść niniejszej instrukcji obsługi podlega ochronie prawa autorskiego i służy wyłącznie jako źródło informacji.

Kopiowanie i powielanie danych i informacji bez uzyskania jednoznacznej pisemnej zgody autora jest zabronione. Dotyczy to także komercyjnego wykorzystania treści i danych.

Text i ilustracje odpowiadają stanowi technicznemu na dzień oddania instrukcji do druku.

## **6. Przegląd elementów obsługowych i komunikatów**

---

Niniejsza instrukcja obsługi posiada dodatkowo rozkładane strony okładki. Aby zawsze mieć przed oczami elementy obsługowe i wyświetlane komunikaty, należy rozłożyć strony okładki.

- 1** Diody LED
- 2** Panel dotykowy
- 3** Pokrywka pojemnika na baterie

## **7. Zasada działania**

---

- Delikatne niebieskie światło lampki nocnej LED działa relaksująco.
- Aby osiągnąć swój maksymalny rozmiar wyświetlany stożek światła potrzebuje tylko połowę czasu, który jest później potrzebny, aby osiągnął on rozmiar minimalny. Kiedy użytkownik zsynchronizuje swój oddech z tym rytmem, wydech trwa dwa razy dłużej niż wdech.

- W miarę upływu cyklu liczba modulacji zmniejsza się z 12 do 6 na minutę. W ten sposób na koniec cyklu użytkownik osiąga ilość wdechów i wydechów optymalną do zaśnięcia.
- Koncentrując się na niebieskim kręgu świetlnym i powoli oddychając, można oderwać się od myśli lub zmartwień, które w przeciwnym razie przeszkadzają w zasypianiu.

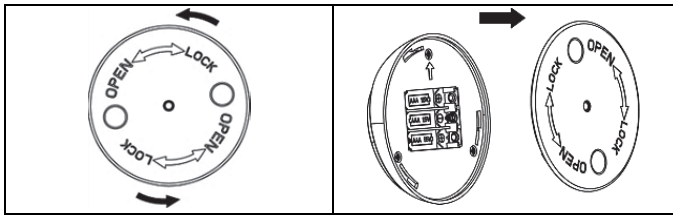
## 8. Przed pierwszym uruchomieniem

### 8.1 Włożenie baterii

Najpierw należy włożyć załączone baterie. W tym celu należy otworzyć pojemnik na baterie na spodzie urządzenia, przekręcając pokrywkę pojemnika na baterie (3) w kierunku wskazanym strzałką „**OPEN**” i zdejmując ją.

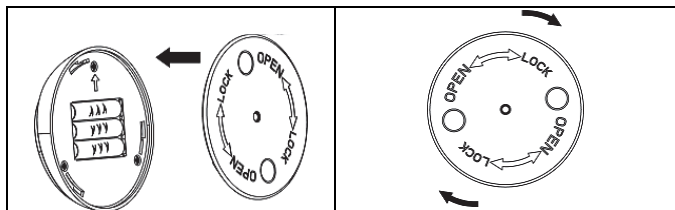


Aby wykonać czynność przekręcenia pokrywki należy wziąć lampkę nocną LED w obie ręce i umieścić kciuki w zagłębieniach na pokrywce pojemnika na baterie (3). W ten sposób można użyć odpowiedniej siły do przekręcenia pokrywki.



Włożyć baterie z zachowaniem prawidłowej polaryzacji (uwzględnić + i -). Polaryzację przedstawiono schematycznie na bateriach i na pojemniku na baterie.

Następnie ponownie nałożyć pokrywkę na pojemnik do baterii (3) na obudowę urządzenia w taki sposób, aby 3 noski blokady były umieszczone w zagłębieniach na spodzie lampki nocnej LED. Przekręcić pokrywkę pojemnika na baterię (3) aż zaskoczy w kierunku wskazanym strzałką „**LOCK**”.



Po włożeniu baterii lampka nocna LED pozostaje w trybie czuwania i jest gotowa do użycia. Diody LED (1) są wyłączone.

## 9. Uruchomienie

### 9.1 Tryby pracy

Lampka nocna LED posiada 2 tryby pracy, które różnią się czasem trwania.

**Tryb pracy 1:            okres 10 minut**

**Tryb pracy 2:            okres 25 minut**

Można nastawić 3 poziomy jasności projekcji świetlnej.



W dalszej części wielokrotnie mowa jest o krótkim i długim naciśnięciu panelu dotykowego (2).

Należy zapamiętać następujące przedziały czasu:

Krótkie naciśnięcie: mniej niż 1 sekunda

Długie naciśnięcie: dłużej niż 3 sekundy

Po upływie czasu trwania wybranego trybu pracy lampka nocna LED automatycznie przechodzi w stan czuwania.

### **9.1.1 Uruchomienie trybu pracy 1 (10 minut):**

- Nacisnąć krótko panel dotykowy (2) w trybie czuwania. Uruchamia się teraz tryb pracy 1.

#### **Ustawienie jasność:**

Diody LED (1) lampki nocnej LED mogą świecić na 3 poziomach jasności.

Długie naciśnięcie panelu dotykowego (2) w przypadku uruchomionego trybu pracy 1 powoduje zmianę jasności. Zmiana poziomu jasności zostaje potwierdzona przez dwukrotne mignięcie diod LED (1).



### 9.1.2 Uruchomienie trybu pracy 2 (25 minut):

- Nacisnąć krótko panel dotykowy (2) w trybie czuwania. Uruchamia się teraz tryb pracy 2. Uruchomienie trybu pracy 2 zostaje potwierdzone przez jednokrotne mignięcie diod LED (1).

### Ustawienie jasności:

Diody LED (1) lampki nocnej LED mogą świecić na 3 poziomach jasności.

Długie naciśnięcie panelu dotykowego (2) w przypadku uruchomionego trybu pracy 2 powoduje zmianę jasności. Zmiana poziomu jasności zostaje potwierdzona przez dwukrotne mignięcie diod LED (1).

### 9.1.3 Przełączenie lampki nocnej LED w tryb czuwania

- Nacisnąć krótko panel dotykowy (2) w trybie pracy 2, aby zakończyć tryb pracy 2 i przełączyć lampkę nocną LED w tryb czuwania.

## 10. Użytkowanie

- Umieścić lampkę nocną LED w zasięgu ręki.
- Uruchomić wybrany tryb pracy.
- Należy zaciemnić pokój.
- Lampka nocna LED wyświetla teraz niebieski krąg światła na suficie.



Wyświetlany wzór jest najlepiej widoczny na jasnych sufitach odbijających światło.

- Idealna pozycja leżąca to pozycja na plecach. Po upływie czasu trwania wybranego trybu pracy użytkownik może ewentualnie zmienić pozycję na swoją preferowaną pozycję do spania.
- Należy obserwować niebieski krąg światła i bez wysiłku spróbować zsynchronizować oddech ze światłem:
  - wdech, kiedy krąg światła się zwiększa.
  - wydech, kiedy krąg światła się zmniejsza.
  - Spróbować w miarę możliwości oddychać dolną częścią brzucha (oddychanie przeponowe). Może to mieć pozytywny wpływ na proces zasypiania.



Nie można zmuszać się do zaśnięcia. Należy pozostać biernym, obserwować krąg światła i oddychać w sposób zsynchronizowany. Sen przyjdzie wtedy sam.

Niezależnie od tego, czy użytkownik zasypia w czasie wybranego trybu pracy lub po jego upływie, lampka nocna LED wyłącza się sama.

## 11. Rozwiązywanie problemów

---

### Lampka nie działa.

- Baterie są wyczerpane lub zostały źle włożone. Sprawdzić, czy baterie są dobrze włożone. Wymienić wyczerpane baterie na 3 nowe baterie 1,5 V typu AAA, Micro LR3, zgodnie z opisem zawartym w rozdziale 8.1.

## Diody LED (1) dają zbyt mało światła

- Spróbować ustawić wyższy poziom jasności poprzez długie naciśnięcie panelu dotykowego (2) w uruchomionym trybie pracy.
- Baterie się wyczerpują. Wymienić baterie na 3 nowe baterie 1,5 V typu AAA, Micro LR3, zgodnie z opisem zawartym w rozdziale 8.1.

## 12. Informacje dotyczące środowiska naturalnego i utylizacji odpadów



Urządzenia, na których jest umieszczony ten symbol, podlegają przepisom unijnej dyrektywy 2012/19/EU. W trosce o ochronę środowiska zużytego produktu nie należy wyrzucać z odpadami gospodarstwa domowego, lecz przekazać go do specjalistycznej utylizacji. Informacje o punktach zbiórki i godzinach ich otwarcia można uzyskać od właściwych organów administracyjnych. Uszkodzone lub zużyte baterie / akumulatory muszą zostać poddane recyklingowi zgodnie z Dyrektywą 2006/66/EG. Należy zwrócić baterie / akumulatory i / lub produkt za pośrednictwem wskazanych punktów zbiórki.

### **Szkody w środowisku naturalnym wskutek nieprawidłowej utylizacji baterii / akumulatorów!**

Baterii / akumulatorów nie można wyrzucać wraz z odpadami gospodarstwa domowego. Mogą one zawierać toksyczne metale

ciężkie i wymagają postępowania przewidzianego dla odpadów szczególnie szkodliwych dla środowiska. Symbole chemiczne metali ciężkich to: Cd = kadm, Hg = rtęć, Pb = ołów. Dlatego też zużyte baterie / akumulatory należy oddać w miejskim punkcie zbiórki.



Także opakowanie należy zutylizować w sposób bezpieczny dla środowiska. Kartony można oddać do punktu skupu makulatury lub do państwowych punktów zbiórki odpadów do recyklingu.



Należy zwrócić uwagę na oznaczenie materiałów opakowaniowych podczas sortowania odpadów. Są one oznaczone skrótami (a) i liczbami (b), które mają następujące znaczenie:

1-7: tworzywa sztuczne / 20-22: Papier i tektura /

80-98: kompozyty.

---

## 13. Zgodność

---

**CE** Przedmiotowy produkt spełnia wymogi określone w obowiązujących wytycznych europejskich i krajowych. Zgodność została potwierdzona. Producent posiada odpowiednie deklaracje i dokumenty.

Pełną deklarację zgodności UE można pobrać pod adresem:

[www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf](http://www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf)

---

## 14. Informacje dotyczące gwarancji i serwisu

---

### Gwarancja firmy TARGA GmbH

Niniejszy produkt jest objęty trzyletnią gwarancją od daty zakupu. Należy zachować oryginalny kwit kasowy jako dowód zakupu. Przed uruchomieniem produktu prosimy dokładnie zapoznać się z załączoną dokumentacją. W razie wystąpienia problemu, którego nie można rozwiązać w ten sposób, prosimy skontaktować się z naszą infolinią pomocy technicznej. Przy każdym kontakcie z infolinią pomocy technicznej należy mieć pod ręką numer artykułu lub numer seryjny, jeśli jest dostępny. W przypadku, gdy rozwiązanie problemu przez telefon nie będzie możliwe, w zależności od przyczyny usterki nasza infolinia pomocy technicznej zorganizuje inną formę serwisowania. W razie stwierdzenia wad materiałowych lub produkcyjnych produktu, zostanie on bezpłatnie naprawiony lub wymieniony na nowy, wedle naszego swobodnego uznania. Naprawa lub wymiana produktu nie powoduje rozpoczęcia nowego okresu gwarancyjnego. Gwarancja nie obejmuje części zużywających się, jak baterie, akumulatory czy elementy oświetlenia.

Niniejsza gwarancja nie narusza ani nie ogranicza ustawowych praw użytkownika względem sprzedawcy.



**Serwis**

PL

Telefon: 22 397 4996

E-Mail: [targa@lidl.pl](mailto:targa@lidl.pl)

**IAN: 309685**



**Producent**

TARGA GmbH

Coesterweg 45

DE-59494 Soest

NIEMCY

---

## Obsah

---

1. Použití v souladu s určeným účelem.....	94
2. Rozsah dodávky.....	95
3. Technické údaje.....	95
4. Bezpečnostní pokyny.....	95
5. Autorské právo.....	99
6. Přehled ovládacích prvků a indikace.....	100
7. Princip funkce.....	100
8. Před uvedením do provozu.....	101
8.1 Vložení baterií.....	101
9. Uvedení do provozu.....	102
9.1 Režimy.....	102
9.1.1 Aktivování režimu 1 (10 minut):.....	103
9.1.2 Aktivování režimu 2 (25 minut):.....	103
9.1.3 Uvedení LED pomůcky na usínání do pohotovostního režimu.....	104
10. Použití.....	104
11. Odstraňování závad.....	105
12. Pokyny k ochraně životního prostředí a údaje k likvidaci.....	106
13. Poznámky ke shodě.....	107
14. Informace o záruce a zajišťování servisu.....	107

## **Blahopřejeme!**

Koupí této LIVARNO LUX LED pomůcky na usínání LEL 4 A1, dále označované jen jako LED pomůcka na usínání, jste se rozhodli pro kvalitní výrobek.

Před prvním použitím se s LED pomůckou na usínání seznámte a pozorně si přečtěte tento návod k obsluze. Řiďte se především bezpečnostními pokyny a používejte LED pomůcku na usínání pouze způsobem popsáním v tomto návodu k obsluze a pro uvedené účely.

Tento návod k obsluze pečlivě uschovejte. Při předání LED pomůcky na usínání dalším osobám jim předejte rovněž veškerou dokumentaci.

## **1. Použití v souladu s určeným účelem**

---

Tato LED pomůcka na usínání vám díky zvětšujícím a zmenšujícím se světelným kruhům pomůže změnit dýchání tak, že budete moci lépe usnout. LED pomůcka na usínání smí být používána pouze k soukromým, nikoli k průmyslovým a komerčním účelům a rovněž výhradně ve vnitřních prostorách. Kromě toho nesmí být tento přístroj používán v tropických klimatických oblastech. Škody a závady vzniklé v důsledku svévolných změn na přístroji jsou vyloučeny z jakéhokoli záruky poskytované výrobcem. Používejte pouze výrobcem uváděné příslušenství. Dodržujte, prosím, platné národní předpisy, resp. zákony země, ve které se přístroj používá.

Jakékoliv jiné použití, které není popsáno v tomto návodu k obsluze, není v souladu s určením a vede ke ztrátě nároku na záruku.



## 2. Rozsah dodávky

Vyjměte přístroj a všechny díly příslušenství z obalu. Odstraňte veškerý obalový materiál a zkontrolujte, zda jsou všechny součásti v plném počtu a nepoškozené. V případě neúplné nebo poškozené dodávky se laskavě obraťte na výrobce.

- LED pomůcka na usínání
- 3 Baterie 1,5 V, AAA, Micro LR3

## 3. Technické údaje

Zkrácené označení přístroje:	LIVARNO LUX LEL 4 A1
Napájecí napětí:	3 x 1,5 V LR03/Mikro/AAA
Světelný zdroj:	4 x LED 0,06 W
Provozní teplota:	0 °C až 50 °C
Teplota skladování:	0 °C až 55 °C
Vlhkost vzduchu:	max. 85% rel. vlhkosti (nekondenzující)
Rozměry (Ø x H):	cca 95 x 29 mm
Hmotnost:	cca 112 g (vč. baterií)

Technické údaje a design mohou být změněny bez předchozího oznámení.

## 4. Bezpečnostní pokyny

Před prvním použitím přístroje si pečlivě přečtěte následující pokyny a respektujte všechna výstražná upozornění, a to i v případě, že jste zběhlí v zacházení s elektronickými přístroji. Tento návod si dobře uschovejte, abyste do něj mohli v

budoucnu kdykoli nahlédnout. Pokud přístroj prodáte nebo předáte jinému uživateli, bezpodmínečně mu vždy předejte také tento návod. Je totiž neoddělitelnou součástí výrobku.

## **Použité symboly a jejich význam**



**NEBEZPEČÍ!** Tento symbol s upozorněním „NEBEZPEČÍ“ označuje hrozící nebezpečnou situaci, která, pokud jí nebude zamezeno, může vést k těžkým zraněním nebo dokonce ke smrti.



**VAROVÁNÍ!** Tento symbol s upozorněním „VAROVÁNÍ“, označuje důležité pokyny pro bezpečný provoz přístroje a k ochraně uživatele.



**POZOR!** Tento symbol s upozorněním „Pozor“ označuje důležité pokyny pro ochranu před hmotnými škodami.



Tento symbol označuje další upozornění informativní povahy k danému tématu.



## **NEBEZPEČÍ! Baterie**

Baterie vkládejte vždy se správným pólováním. Řiďte se při tom značením v přihrádce na baterii. Nepokoušejte se baterie dobít a za žádných okolností je nevhazujte do ohně. Nepoužívejte současně navzájem odlišné baterie (staré s novými, alkalické s uhlíkovými atd.). Nebudete-li přístroj delší dobu používat, vyjměte z něj baterie. Při nesprávném používání baterií hrozí nebezpečí výbuchu

a vytečení. Baterie nejsou hračka pro děti. Pokud by došlo k jejich spolknutí, musíte ihned vyhledat lékařskou pomoc. Baterie nikdy neotevírejte ani nedeformujte, protože vytékající chemikálie mohou způsobit úrazy. Při zasažení kůže nebo očí vyteklymi chemikáliemi ihned omyjte, resp. vypláchněte zasažené místo velkým množstvím vody a vyhledejte lékaře.



### **NEBEZPEČÍ! Děti a osoby s omezeními**

Elektrická zařízení nepatří do dětských rukou. Také osoby s omezenými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi smí používat elektrické přístroje pouze přiměřeným způsobem. Nikdy nenechávejte děti a osoby s omezeními používat elektrické přístroje bez dozoru. Výjimkou je, pokud tyto osoby byly odpovídajícím způsobem poučeny, nebo jsou pod dozorem osoby odpovídající za jejich bezpečnost. Děti musejí být zásadně pod dozorem, aby bylo zaručeno, že si s výrobkem nebudou hrát. Drobné součástky mohou být při spolknutí životu nebezpečné.

**Také obalové fólie odstraňte z dosahu dětí.**



**Hrozí nebezpečí udušení!**

**POZOR! Dbejte na to, aby:**

- na přístroj nepůsobily žádné přímé tepelné zdroje (např. topení).
- zařízení nebylo vystaveno přímému slunečnímu záření nebo intenzivnímu umělému osvětlení.
- bylo zamezeno styku se stříkající a kapající vodou a agresivními kapalinami, a aby přístroj nebyl provozován v blízkosti vody. Přístroj se především nesmí nikdy potopit (nepokládejte na přístroj nebo vedle přístroje předměty naplněné kapalinou, např. vázy nebo nápoje).
- na přístroji nebo vedle něj nebyly umístěny otevřené zdroje ohně (např. hořící svíčky).
- Zabraňte vniknutí cizích těles do reproduktoru.
- zařízení nebylo vystaveno přílišným výkyvům teplot, protože jinak může dojít ke kondenzaci vzdušné vlhkosti a ke zkratům v elektroinstalaci; bylo-li zařízení přece jen vystaveno silným výkyvům teploty, vyčkejte (cca 2 hodiny) s uvedením do provozu, dokud se přístroj neohřeje na teplotu okolí.
- přístroj nebyl vystaven nadměrným otřesům a vibracím.

**Pozor! Údržba / opravy / čištění**

Neotevírejte přístroj, protože neobsahuje žádné součásti opravitelné uživatelem. V případě závady nechejte přístroj zkontrolovat odborníkem. Oprava je nutná v

případě, že byl přístroj poškozen, např. jestliže je kryt přístroje poškozený, dovnitř přístroje se dostala voda nebo předměty, anebo pokud přístroj nefunguje bezchybně či pokud spadl na zem. Pokud si všimnete kouře, nezvyklých zvuků nebo nezvyklého zápachu, okamžitě přístroj vypněte a pokud je to možné, vyjměte baterie. V těchto případech nesmíte přístroj dále používat, dokud odborník neprovede kontrolu zařízení. Veškeré opravy přístroje smí provádět pouze kvalifikovaný odborník. Nikdy neotevírejte kryt zařízení.

Přístroj čistěte měkkým, čistým a suchým hadříkem bez vláken. K odstranění silnějšího znečištění můžete hadřík mírně navlhčit vlažnou vodou. Nepoužívejte čisticí prostředky obsahující rozpouštědla, mohlo by dojít k narušení plastového krytu a popisku.

---

## **5. Autorské právo**

---

Veškerý obsah tohoto návodu k obsluze podléhá autorskému právu a čtenáři se poskytuje výhradně jako zdroj informací.

Jakékoliv kopírování nebo reprodukování údajů a informací bez výslovného písemného souhlasu autora je zakázáno. To se týká také komerčního využití obsahu a údajů.

Text a obrázky odpovídají technickému stavu při odevzdání do tisku.

## 6. Přehled ovládacích prvků a indikace

---

Tento návod k obsluze je navíc opatřen rozkládací stránkou obálky. Tuto stránku obálky si rozložte, abyste měli ovládací prvky a indikaci na displeji stále před očima.

- 1 Kontrolky LED
- 2 Dotykový ovládací panel
- 3 Víčko přihrádky na baterie

## 7. Princip funkce

---

- Slabé modré světlo LED pomůcky na usínání má protistresové účinky.
- Promítaný kužel světla dosáhne své maximální velikosti jen za polovinu času, který je následně zapotřebí k dosažení nejmenší velikosti. Když svůj dech přizpůsobíte tomuto rytmu, budete dvakrát déle vydechovat než se nadechovat.
- V průběhu jednoho cyklu klesá počet modulací z 12 na 6 za minutu. Na konci cyklu díky tomu dosáhnete k usínání optimálního počtu nadechnutí a vydechnutí.
- Soustředění na modrý světelný kruh a pomalé dýchání pomáhají vytěsnit ostatní myšlenky a starosti, které jinak brání usínání.

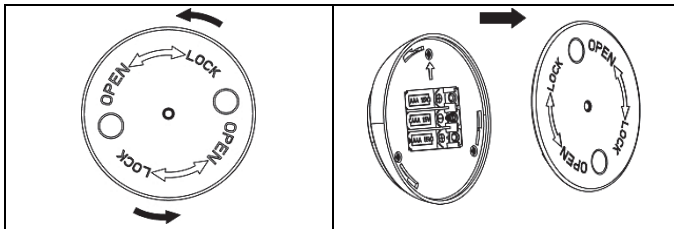
## 8. Před uvedením do provozu

### 8.1 Vložení baterií

Nejprve vložte přiložené baterie. Otevřete k tomu přihrádku na baterie na zadní straně přístroje – víčko přihrádky na baterie (3) otočte ve směru šipky „**OPEN**“ a sejměte jej.

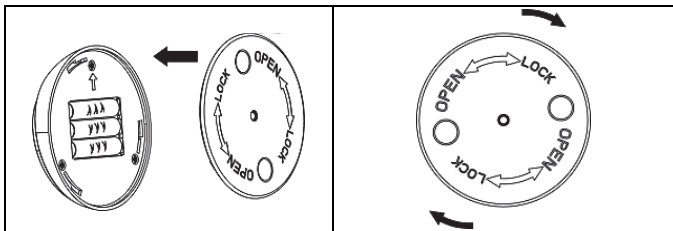


K otáčení víčka přihrádky na baterie uchopte LED pomůcku na usínání do obou rukou a palec položte do prohloubení ve víčku přihrádky na baterie (3). Díky tomu budete moci optimálně přenést sílu potřebnou k otočení.



Baterie vložte se správným pólováním (respektujte + a -). Pólování je vyznačeno na bateriích a na náčrtku v přihrádce na baterie.

Následně opět nasadte víčko příhrádky na baterie (3) na kryt přístroje tak, aby 3 zajišťovací výstupky zapadly do prohloubení na zadní straně LED pomůcky na usínání. Nyní otočte víčko příhrádky na baterie (3) až na doraz ve směru šipky „**LOCK**“.



Po vložení baterií se LED pomůcka na usínání nachází v pohotovostním režimu a je připravena k provozu. Diody LED (1) jsou vypnuté.

## 9. Uvedení do provozu

### 9.1 Režimy

LED pomůcka na usínání je vybavena 2 režimy, které se liší pouze dobou chodu.

**Režim 1: Doba chodu 10 minut**

**Režim 2: Doba chodu 25 minut**



Jas světelné projekce lze nastavit ve 3 stupních.



V následujícím textu bude častěji zmíněno krátké a dlouhé stisknutí dotykového ovládacího panelu (2).

Dodržte prosím následující doby:

Krátké stisknutí: kratší než 1 sekunda

Dlouhé stisknutí: delší než 3 sekundy

Po uplynutí doby chodu zvoleného režimu přejde LED pomůcka na usínání automaticky do pohotovostního režimu.

### **9.1.1 Aktivování režimu 1 (10 minut):**

- V pohotovostním režimu stiskněte krátce dotykový ovládací panel (2). Režim 1 je nyní aktivovaný.

#### ***Nastavení jasu:***

Diody LED (1) LED pomůcky na usínání lze nastavit ve 3 úrovních jasu.

Dlouhé stisknutí dotykového ovládacího panelu (2) při aktivovaném režimu 1 vyvolá změnu jasu. Změna úrovně jasu je potvrzena dvojím zablikáním diod LED (1).

### **9.1.2 Aktivování režimu 2 (25 minut):**

- Při aktivovaném režimu 1 stiskněte krátce dotykový ovládací panel (2). Režim 2 je nyní aktivovaný. Aktivace režimu 2 je signalizována jedním bliknutím diod LED (1).

**Nastavení jasu:**

Diody LED (1) LED pomůcky na usínání lze nastavit ve 3 úrovních jasu.

Dlouhé stisknutí dotykového ovládacího panelu (2) při aktivovaném režimu 2 vyvolá změnu jasu. Změna úrovně jasu je potvrzena dvojím zablikáním diod LED (1).

**9.1.3 Uvedení LED pomůcky na usínání do pohotovostního režimu**

- Při aktivovaném režimu 2 stiskněte krátce dotykový ovládací panel (2) – dojde k ukončení režimu 2 a uvedení LED pomůcky na usínání do pohotovostního režimu.

---

**10. Použití**

---

- Umístíte LED pomůcku na usínání v dosažitelné blízkosti.
- Aktivujte požadovaný režim.
- Zatemněte místnost.
- LED pomůcka na usínání začne promítat modrý světelný kruh na strop místnosti.



Promítaný kruh je nejlépe vidět na světlých stropěch odrážejících světlo.

- Ideální poloha ležení je přitom na zádech. Po uplynutí zvoleného režimu se případně přetočte do vaší oblíbené polohy pro spaní.

- Sledujte modrý světelný kruh a zkuste svůj dech bez většího úsilí synchronizovat se světlem:
  - Vdechujte, když se světelný kruh zvětšuje.
  - Vydechujte, když se světelný kruh zmenšuje.
  - Snažte se dýchat pokud možno spodní částí břicha (břišní dýchání).  
Může to mít pozitivní vliv na proces usínání.



Nenuťte se usnout. Zůstávejte jednoduše pasivní, sledujte světelný kruh a synchronizovaně dýchejte. Spánek pak přijde sám od sebe.

Ať již usnete v průběhu zvoleného režimu nebo po jeho skončení, LED pomůcka na usínání se automaticky sama vypne.

---

## 11. Odstraňování závad

### Nefunkčnost

- Baterie jsou vybité nebo nesprávně vloženy. Zkontrolujte, zda jsou baterie správně vloženy. Prázdné baterie vyměňte za 3 nové 1,5V baterie typu AAA, Micro LR3 podle návodu v kapitole 8.1.

### Diody LED (1) svítí příliš tmavě

- Zkuste dlouhým stisknutím dotykového ovládacího panelu (2) při aktivovaném režimu nastavit jinou úroveň jasu.
- Baterie jsou slabé. Vyměňte baterie za 3 nové 1,5V baterie typu AAA, Micro LR3 podle návodu v kapitole 8.1.

## 12. Pokyny k ochraně životního prostředí a údaje k likvidaci



Přístroje označené tímto symbolem podléhají evropské směrnici 2012/19/EU. V zájmu ochrany životního prostředí nevhazujte vysloužilý přístroj do domovního odpadu, nýbrž jej nechejte odborně zlikvidovat. Informace o sběrných místech a otevíracích dobách obdržíte u příslušných správních úřadů. Vadné nebo vybité baterie/akumulátory se musí podle směrnice 2006/66/ES a příslušných změn této směrnice recyklovat. Baterie/akumulátory a/nebo výrobek odevzdejte do nabízených sběrů zpět.



### **Ekologické škody v důsledku nesprávné likvidace baterií/akumulátorů!**

Baterie/akumulátory se nesmí likvidovat v domácím odpadu. Mohou obsahovat jedovaté těžké kovy a musejí se zpracovávat jako zvláštní odpad. Chemické značky těžkých kovů: Cd = kadmium, Hg = rtuť, Pb = olovo. Z tohoto důvodu odevzdejte opotřebované baterie/akumulátory ve sběrném místě komunálního opadu.



Také obal výrobku předejte k likvidaci v souladu se zásadami ochrany životního prostředí. Kartony lze odevzdat k recyklaci ve sběrných surovinách nebo ve veřejných sběrných dvorech.



Při třídění odpadu se řiďte označením obalových materiálů. Tyto materiály jsou opatřeny zkratkami (a) a číslý (b), která mají následující význam:

1–7: plasty / 20–22: Papír a lepenka /  
80–98: kompozitní materiály.

### 13. Poznámky ke shodě

**CE** Tento výrobek splňuje požadavky platných evropských a vnitrostátních norem. Shoda výrobku byla prokázána. Odpovídající prohlášení a příslušná dokumentace jsou uloženy u výrobce.

Úplné prohlášení o shodě EU si můžete stáhnout pod následujícím odkazem:  
[www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf](http://www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf)

### 14. Informace o záruce a zajišťování servisu

#### Záruka TARGA GmbH

Na přístroj obdržíte záruku 3 roky od data nákupu. Uschovejte si prosím pokladní stvrzenku jako doklad o koupi. Před uvedením Vašeho produktu do provozu si prosím přečtěte příloženou dokumentaci. Pokud by došlo k problému, který není tímto způsobem možno vyřešit, obraťte se prosím na naši zákaznickou linku. Pro případné dotazy si připravte číslo výrobku popř. sériové číslo. Pro případ, že není

možné telefonické řešení, zahájí naše zákaznická linka v závislosti na příčině chyby další servisní postup. V rámci záruky je výrobek v případě materiálových a výrobních vad - dle naší volby - bezplatně opraven nebo vyměněn. Opravou nebo výměnou výrobku nezačíná nová záruční doba. Na spotřební materiál jako baterie, akumulátory a osvětlení se záruka nevztahuje.

Vaše zákonná práva vzhledem k prodeji nejsou touto zárukou ovlivněna ani omezena.



### **Servis**



Telefon: 800 143 873

E-mailový: [targa@lidl.cz](mailto:targa@lidl.cz)

**IAN: 309685**



### **Výrobce**

TARGA GmbH  
Coesterweg 45  
DE-59494 Soest  
NĚMECKO

## Obsah

1. Používanie v súlade s určením.....	110
2. Obsah balenia.....	111
3. Technické údaje.....	111
4. Bezpečnostné pokyny.....	111
5. Práva duševného vlastníctva.....	115
6. Prehľad ovládacích prvkov a ukazovateľov.....	116
7. Princíp fungovania.....	116
8. Pred uvedením do prevádzky.....	117
8.1 Vloženie batérií.....	117
9. Uvedenie do prevádzky.....	118
9.1 Prevádzkové režimy.....	118
9.1.1 Aktivácia prevádzkového režimu 1 (10 minút):.....	119
9.1.2 Aktivácia prevádzkového režimu 2 (25 minút):.....	119
9.1.3 Prepnutie LED pomôcky na zaspávanie do pohotovostného režimu.....	120
10. Používanie.....	120
11. Riešenie problémov.....	121
12. Ochrana životného prostredia a likvidácia zariadenia.....	122
13. Vyhlásenia o zhode.....	123
14. Informácie o záruke a servisných výkonoch.....	123

## **Blahoželáme!**

Zakúpením LED pomôcky na zaspávanie LIVARNO LUX LEL 4 A1 (ďalej len „LED pomôcka na zaspávanie“) ste získali vysoko kvalitný výrobok.

Pred prvým uvedením do prevádzky sa s LED pomôckou na zaspávanie dôkladne oboznámte a pozorne si prečítajte tento návod na používanie. Dodržiavajte najmä bezpečnostné pokyny a LED pomôcku na zaspávanie používajte len v súlade s týmto návodom na používanie a len na účely vymedzené v návode.

Tento návod na použitie starostlivo uschovajte. Ak LED pomôcka na zaspávanie zmení majiteľa, odovzdajte novému majiteľovi spolu s výrobkom aj tento návod na používanie.

## **1. Používanie v súlade s určením**

---

Táto LED pomôcka na zaspávanie vám projekciou svetelných kruhov pomôže upraviť dych tak, aby ste ľahšie zaspali. Zariadenie je určené len na súkromné použitie a nesmie sa používať na priemyselné či komerčné účely. Môže sa používať len v interiéri. Okrem toho sa nesmie používať v oblastiach s tropickým podnebím. Výrobca neručí za žiadne škody ani poruchy v dôsledku svojvoľných zmien na prístroji. Používajte len príslušenstvo, ktoré uvádza výrobca. Výrobok používajte v súlade s platnými zákonmi a predpismi v krajine použitia.

Akékoľvek iné použitie ako to, ktoré je opísané v tomto návode na používanie, nie je v súlade s účelom a znamená vylúčenie záruky a ručenia.



## 2. Obsah balenia

Vyberte zariadenie a všetky súčasti jeho príslušenstva z obalov. Odstráňte všetok baliaci materiál a skontrolujte, či balenie obsahuje všetky súčasti a či tieto nie sú poškodené. Ak je dodávka neúplná alebo poškodená, obráťte sa na výrobcu.

- LED pomôcka na zaspávanie
- 3 batérie 1,5 V, AAA, Micro LR3

## 3. Technické údaje

Krátky opis zariadenia:	LIVARNO LUX LEL 4 A1
Napájacie napätie:	3 x 1,5 V LR03/Mikro/AAA
Zdroj svetla:	4 x LED 0,06 W
Prevádzková teplota:	0 až 50 °C
Skladovacia teplota:	0 až 55 °C
Vlhkosť vzduchu:	relatívna vlhkosť max. 85 % (nekondenzujúca)
Rozmery (Ø x V):	cca 95 x 29 mm
Hmotnosť:	cca 112 g (vrátane batérií)

Výrobca si vyhradzuje právo na zmeny technických špecifikácií a dizajnu bez predchádzajúceho upozornenia.

## 4. Bezpečnostné pokyny

Pred prvým použitím prístroja si pozorne prečítajte nasledujúce pokyny a berte na vedomie všetky informácie o nebezpečenstvách, a to aj keď už máte skúsenosti s používaním elektronických zariadení. Tento návod na použitie starostlivo

uschovajte pre budúcu potrebu. Ak prístroj zmení majiteľa, odovzdajte novému majiteľovi v každom prípade aj tento návod. Návod na používanie je súčasťou tohto výrobku.

## Použité symboly a ich význam



**NEBEZPEČENSTVO!** Tento symbol so slovom „Nebezpečenstvo“ označuje možnú nebezpečnú situáciu, ktorá v prípade, ak sa jej nezabráni, môže spôsobiť ťažké poranenie alebo smrť osôb.



**POZOR!** Tento symbol so slovom „Pozor“ označuje dôležité pokyny pre bezpečnú prevádzku prístroja a v záujme ochrany užívateľa.



**POZOR!** Tento symbol so slovom „Upozornenie“ označuje dôležité pokyny v záujme ochrany pred hmotnými škodami.



Tento symbol označuje ďalšie informatívne pokyny k danej téme.



## **NEBEZPEČENSTVO! Batérie**

Batérie vždy zakladajte podľa správnej polarizácie. Rešpektujte pritom označenie v priestore na vkladanie batérie. Nepokúšajte sa o dobitie batérií a v žiadnom prípade ich nehádzte do ohňa. Nepoužívajte rôzne batérie naraz (staré a nové, alkalické a uhlíkové atď.). Ak prístroj nebudete dlhší čas používať, vyberte z neho

batérie. Pri neodbornom používaní batérií hrozí nebezpečenstvo výbuchu a vytečenia chemikálií. Batérie nie sú detská hračka. V prípade prehltnutia batérií je potrebné ihneď sa obrátiť na lekára. Batérie sa nesmú otvárať ani deformovať – vytekajúce chemické látky môžu spôsobiť úraz. Pri kontakte vytečených chemikálií s pokožkou alebo očami okamžite opláchnite alebo vypláchnite postihnuté miesto veľkým množstvom vody a vyhľadajte lekára.



### **NEBEZPEČENSTVO! Deti a postihnuté osoby**

Elektrické zariadenia nepatria do rúk deťom. Podobne aj osoby s obmedzenými fyzickými, zmyslovými alebo mentálnymi schopnosťami môžu používať elektrické prístroje len v primeranom rozsahu. Nikdy nenechajte deti ani osoby s postihnutím používať elektrické prístroje bez dozoru. Takéto osoby je najprv potrebné patrične poučiť, alebo nad nimi musí vykonávať dozor osoba, ktorá zodpovedá za ich bezpečnosť. Deti musia byť tam, kde môžu prísť do styku so zariadením, v zásade vždy pod dozorom, aby sa predišlo riziku, že sa s prístrojom budú hrať. Drobné súčasti prístroja môžu byť pri prehltnutí životu nebezpečné.

**Zaistite, aby deti a postihnuté osoby neprišli do styku ani s fóliami z obalov.**



**Hrozí riziko udusení!**

**POZOR! Rešpektujte nasledujúce pokyny:**

- zariadenie nesmie byť vystavené priamemu sálavému teplu (napr. z radiátorov).
- na prístroj nesmie pôsobiť priame slnečné svetlo ani silný zdroj umelého svetla.
- Zariadenie treba chrániť pred striekajúcou vodou, dažďom a agresívnymi kvapalinami, a nesmie sa prevádzkovať v blízkosti vody. Zariadenie sa nikdy nesmie obliať ani ponoriť do vody (nádoby s tekutinami, ako napr. vázy alebo poháre, nikdy nepokladajte na zariadenie ani do jeho blízkosti).
- Na zariadenie ani do jeho blízkosti neumiestňujte otvorené zdroje ohňa (napr. horiace sviečky).
- do zariadenia nesmú vniknúť cudzie predmety,
- zariadenie nesmie byť vystavené nadmernému kolísaniu teplôt, môže to spôsobiť kondenzáciu vzdušnej vlhkosti a elektrický skrat; ak zariadenie napriek tomu absolvovalo značné výkyvy teplôt, počkajte predtým, než ho sprevádzkujete, približne 2 hodiny (za tento čas by sa mal vyrovnáť rozdiel medzi teplotou zariadenia a prostredia),
- nevystavujte prístroj nadmerným otrasom a vibráciám.

**Pozor! Údržba/oprava/čistenie**

Zariadenie neotvárajte. Neobsahuje žiadne diely, ktoré si vyžadujú údržbu zo strany používateľa. V prípade poruchy nechajte zariadenie skontrolovať

---

odborníkom. Oprava sa vyžaduje vždy, ak bolo zariadenie poškodené, napríklad ak došlo k poškodeniu krytu, k vniknutiu vody alebo cudzích predmetov do zariadenia alebo ak nefunguje bezchybne, prípadne ak spadlo. Ak zo zariadenia vystupuje dym, ak vydáva neobvyklé zvuky alebo zápach, okamžite ho vypnite a, ak je to možné, vyberte batérie. V takých prípadoch sa nesmie zariadenie používať dovtedy, kým sa vykoná jeho previerka odborníkom. Všetky úkony v rámci opravy môže vykonávať len odborne kvalifikovaný personál. Nikdy neotvárajte kryt zariadenia.

Zariadenie čistíte mäkkou, čistou a suchou handričkou bez žmolkov. Na odstránenie silnejšieho znečistenia môžete handričku mierne navlhčiť vlažnou vodou. Nepoužívajte čistiace prostriedky obsahujúce rozpúšťadlá, pretože by mohli poškodiť plastový kryt a nápis.

## **5. Práva duševného vlastníctva**

---

Na všetky súčasti tohto návodu na použitie sa vzťahujú práva duševného vlastníctva a používateľovi sa poskytujú len na informačné účely.

Je zakázané akýmkoľvek spôsobom kopírovať a rozmnožovať údaje a informácie v tomto návode bez výslovného písomného súhlasu autora. To sa vzťahuje aj na komerčné použitie znenia a údajov z tohto návodu.

Text a obrázky v návode zodpovedajú technickému stavu v čase zadania do tlače.

## 6. Prehľad ovládacích prvkov a ukazovateľov

---

V tomto návode na použitie sa nachádza rozkladacia obálka. Rozložte obálku, aby ste mali ovládacie prvky a displejové ukazovatele vždy pred sebou.

- 1 LED kontrolky
- 2 Dotykový ovládací panel
- 3 Priehradka na batérie

## 7. Princíp fungovania

---

- Slabé modré svetlo LED pomôcky na zaspávanie znižuje stres.
- Premietaný svetelný kužeľ potrebuje na dosiahnutie maximálnej veľkosti len polovicu času ako na dosiahnutie minimálnej veľkosti. Keď zosúladiť svoj dych s týmto rytmom, výsledkom bude, že váš výdych bude trvať dvakrát dlhšie ako nádych.
- V priebehu jedného cyklu klesne počet modulácií z 12 na 6 za minútu. Na konci cyklu teda dosiahnete optimálny počet nádychoch potrebných na zaspávanie.
- Koncentráciou na modrý svetelný kruh a pomalé dýchanie odvediete pozornosť od iných myšlienok, ktoré by vám inak bránili zaspáť.

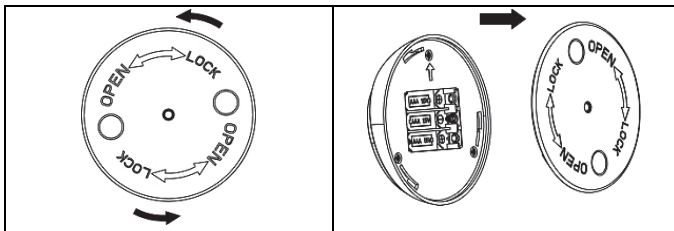
## 8. Pred uvedením do prevádzky

### 8.1 Vloženie batérií

Najskôr vložte priložené batérie. Otvorte priehradku na batérie na zadnej strane zariadenia tak, že otočíte a snímnete veko priehradky na batérie (3) v smere šípky „**OPEN**“.

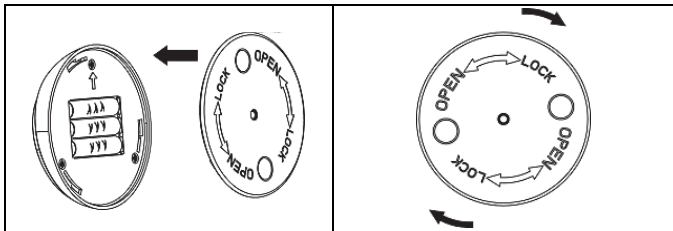


Pri otáčaní uchopte LED pomôcku na zaspávanie do oboch rúk a palce položte do priehlbín v priehradke na batérie (3). Vďaka tomu môžete optimálne preniesť silu potrebnú na otáčanie.



Batérie vložte podľa správnej polaritý (dodržiavajte + a -). Polarita je na batériách i v priehradke na batérie schematicky vyznačená.

Potom opäť nasadíte veko priehradky na batérie (3) tak, aby 3 zaistovacie výstupky zapadli do priehlbín na zadnej strane LED pomôcky na zaspávanie. Následne otočíte veko priehradky na batérie (3) v smere šípky „**LOCK**“ až do koncovej polohy.



Po vložení batérií sa LED pomôcka na zaspávanie nachádza v pohotovostnom režime. LED kontrolky (1) sú vypnuté.

## 9. Uvedenie do prevádzky

### 9.1 Prevádzkové režimy

LED pomôcka na zaspávanie má 2 prevádzkové režimy, ktoré sa líšia len trvaním.

**Prevádzkový režim 1: Trvanie 10 minút**

**Prevádzkový režim 2: Trvanie 25 minút**

Intenzitu jasu svetelnej projekcie je možné nastaviť na 3 stupne.





Nižšie v texte sa viackrát spomína krátke a dlhé stlačenie dotykového ovládacieho panelu (2).

Dodržte tieto časy:

Krátke stlačenie: kratšie ako 1 sekunda

Dlhé stlačenie: dlhšie ako 3 sekundy

Po uplynutí času prevádzky zvoleného prevádzkového režimu sa LED pomôcka na zaspávanie automaticky prepne do pohotovostného režimu.

### **9.1.1 Aktivácia prevádzkového režimu 1 (10 minút):**

- V pohotovostnom režime krátko stlačte dotykový ovládací panel (2).  
Prevádzkový režim 1 je teraz aktívovaný.

### **Nastavenie intenzity jasu:**

LED kontrolky (1) LED pomôcky na zaspávanie môžu svietiť v 3 stupňoch intenzity jasu.

Dlhým stlačením dotykového ovládacieho panela (2) v aktívnom prevádzkovom režime 1 zmeníte intenzitu jasu. Zmena stupňa intenzity jasu sa potvrdí dvojitým zablikaním LED kontroliek (1).

### **9.1.2 Aktivácia prevádzkového režimu 2 (25 minút):**

- V aktívnom prevádzkovom režime 1 krátko stlačte dotykový ovládací panel (2). Prevádzkový režim 2 je teraz aktívovaný. Aktivácia prevádzkového režimu 2 sa potvrdí jedným zablikaním LED kontroliek (1).

### **Nastavenie intenzity jasu:**

LED kontrolky (1) LED pomôcky na zaspávanie môžu svietiť v 3 stupňoch intenzity jasu.

Dlhým stlačením dotykového ovládacieho panela (2) v aktívnom prevádzkovom režime 2 zmeníte intenzitu jasu. Zmena stupňa intenzity jasu sa potvrdí dvojitým zablikaním LED kontroliek (1).

### **9.1.3 Prepnutie LED pomôcky na zaspávanie do pohotovostného režimu**

- V aktívnom prevádzkovom režime 2 krátko stlačte dotykový ovládací panel (2), aby ste ukončili prevádzkový režim 2 a prepli LED pomôcku na zaspávanie do pohotovostného režimu.

## **10. Používanie**

---

- LED pomôcku na zaspávanie si umiestnite na dosah.
- Aktivujte želaný prevádzkový režim.
- Zatemnite miestnosť.
- LED pomôcka na zaspávanie začne na strop miestnosti premietat' modrý svetelný kruh.



Projekciu je najlepšie vidno na svetlých, reflektujúcich stropoch.

- Ideálna poloha je v ľahu na chrbte. Po uplynutí vybrateho prevádzkového režimu v prípade potreby zaujmite preferovanú spánkovú polohu.

- Pozorujte modrý svetelný kruh a pokúste sa bez námahy zosúladiť svoj dych so svetlom:
  - Nadychujte sa, keď sa svetelný kruh zväčšuje.
  - Vydychujte, keď sa svetelný kruh zmenšuje.
  - Skúste dýchať čo najviac do dolnej časti brucha (brušné dýchanie).  
To môže mať pozitívny vplyv na proces zaspávania.



Nenuťte sa zaspáť. Zostaňte pasívny/a, pozorujte svetelný kruh a dýčajte synchronizovane. Spánok príde sám od seba.

Bez ohľadu na to, či počas vybratého prevádzkového režimu alebo po jeho uplynutí zaspíte, LED pomôcka na zaspávanie sa automaticky vypne.

## 1 1. Riešenie problémov

### Zariadenie nefunguje.

- Batérie sú vybité alebo vložené nesprávne. Skontrolujte, či sú batérie vložené správne. Vybité batérie vymeňte za 3 nové 1,5 V batérie typu AAA, Micro LR3, ako je opísané v kapitole 8.1.

### LED kontrolky (1) svietia príliš slabo

- Dlhým stlačením dotykového ovládacieho panela (2) v aktívnom prevádzkovom režime 2 skúste nastaviť inú intenzitu jasu.
- Batérie sú slabé. Batérie vymeňte za 3 nové 1,5 V batérie typu AAA, Micro LR3, ako je opísané v kapitole 8.1.

## 12. Ochrana životného prostredia a likvidácia zariadenia



Na zariadenia označené týmto symbolom sa vzťahuje európska smernica 2012/19/EU. V záujme ochrany životného prostredia nevyhadzujte výrobok po uplynutí životnosti do domáceho odpadu, ale nechajte ho zlikvidovať odborne. Pre informácie o zberných miestach a ich otváracích dobách sa obráťte na príslušnú samosprávu. Chybné alebo použité batérie/akumulátory sa musia recyklovať v súlade so smernicou 2006/66/ES. Batérie/akumulátory a/alebo výrobok vráťte na dostupných zberných miestach.



### **Nesprávna likvidácia batérii/akumulátorov môže spôsobiť poškodenie životného prostredia!**

Batérie/akumulátory sa nesmú vyhadzovať do domového odpadu. Môžu obsahovať jedovaté ťažké kovy a podliehajú osobitnému zaobchádzaniu s odpadom. Chemické symboly ťažkých kovov sú: Cd = kadmium, Hg = ortuť, Pb = olovo. Použité batérie/akumulátory preto odovzdajte na miestnom zbernom mieste.



Zabezpečte aj ekologickú likvidáciu obalov. Kartóny a lepenku možno na recykláciu odovzdať v zariadeniach na zber papiera alebo v zberniach odpadov.



Pri triedení odpadov si všimajte označenie obalových materiálov; tieto sú označené skratkami (a) a číslami (b) s nasledujúcim významom:

1–7: Plasty / 20–22: Papier a lepenka /

80–98: Kompozitné a sendvičové materiály.

### 13. Vyhlásenia o zhode



Tento výrobok spĺňa požiadavky platných európskych a národných smerníc. Zhoda bola preukázaná. Príslušné vysvetlivky a podklady sú k dispozícii u výrobcu.

Úplné vyhlásenie EÚ o zhode si možno prevziať zo stránky:

[www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf](http://www.targa.de/downloads/conformity/309685.pdf)

### 14. Informácie o záruke a servisných výkonoch

#### Záruka spoločnosti TARGA GmbH

Na tento prístroj máte trojročnú záruku od dátumu nákupu. Uschovajte si originál pokladničného bloku ako doklad o kúpe. Pred uvedením výrobku do prevádzky sa prečítajte priloženú dokumentáciu. Ak by sa vyskytol problém, ktorý sa takýmto spôsobom nedá vyriešiť, obráťte sa na našu zákaznicku linku. Pri každej požiadavke majte poruke účtenku a číslo výrobku príp. jeho výrobné číslo. V prípade, že telefonické vyriešenie nie je možné, v závislosti od príčiny chyby

zákaznícky servis zariadi ďalšie služby. Počas záruky vám v prípade materiálovej alebo výrobnnej chyby výrobok podľa našej úvahy bezplatne vymeníme alebo opravíme. Opravou ani výmenou výrobku nezačína plynúť nová záručná doba. Záruka neplatí na spotrebný materiál, ako sú batérie, akumulátory a žiarovky.

Táto záruka neovplyvňuje ani neobmedzuje vaše zákonné práva voči predávajúcemu.



### Servis



Telefón: 0850 232001

E-mailový: [targa@lidl.sk](mailto:targa@lidl.sk)

**IAN: 309685**



### Výrobca

TARGA GmbH  
Coesterweg 45  
DE-59494 Soest  
NEMECKO