



Notice d'utilisation

Cayola, la lampe qui imite le soleil

Bienvenue dans l'univers de Cayola, la lampe qui fait bien plus que simplement éclairer votre espace. Conçue pour être votre compagnon de bien-être, Cayola est une révolution dans le monde de l'éclairage. Inspirée par la lumière du soleil, cette lampe est une expérience en soi, une source d'énergie et de bien-être qui s'adapte à votre vie.

Table des matières

Contenu de la Boîte.....	3
Fonctionnalités.....	4
Installation.....	5
Prise en main.....	6
Les Boutons de Commande.....	6
Les Indicateurs Lumineux.....	6
Les Modes de Fonctionnement.....	6
Comment allumer la lampe ?.....	7
Comment éteindre le produit ?.....	7
Comment activer le mode Stop Pensée ?.....	7
Comment activer le mode lumière statique ?.....	7
Comment activer le mode Lumière circadienne ?.....	7
Conseils d'Entretien.....	8
Nettoyage.....	8
Stockage.....	8
Mises à jour.....	8
Précautions Générales.....	8
Foire aux questions.....	9
Combien de temps dois-je utiliser mon nouveau compagnon lumineux ?.....	9
Quelle distance dois-je maintenir entre ma lampe et moi ?.....	9
Est-ce que les effets fonctionnent si je ne l'utilise que le matin ?.....	9
Est-ce utile en plein été ?.....	9
Faut-il la laisser allumée toute la journée ?.....	9
Informations de Garantie.....	10
Précautions de Sécurité.....	11

Contenu de la Boîte

- Lampe Cayola : Votre lampe est livrée prête à l'emploi, avec son cordon d'alimentation intégré et son ampoule déjà fixée.
- QR Code sur le Packaging : Situé sur le dessus de la boîte, ce QR Code vous donne un accès rapide au site internet d'Arits, à cette notice d'utilisation, aux réseaux sociaux de la marque et aux liens vers l'application Arits.
- QR Code sur le Produit : Vous trouverez le même QR Code sur le dessous de votre lampe Cayola, vous assurant ainsi de toujours avoir accès aux ressources importantes.
- Bon de Retour : Si le produit ne répond pas à vos attentes, un bon de retour est inclus dans la boîte pour faciliter le processus de retour. Il est valable 30 jours, et nous vous conseillons de tester le produit durant 3 semaines pour ressentir les effets.

Caractéristiques techniques

- Technologie de Lumière : LED
- Température de Couleur : De 1800K à 6500K
- Flux Lumineux : 3000 lumens pour 5000K
- Indice de Rendu des Couleurs (IRC) : >92
- Dimensions : Ø140x215mm
- Longueur du câble : 180cm
- Type de câble : textile en toile de jute
- Poids Net : 1kg
- Tension d'Entrée : 220-240V
- Puissance Électrique : de 0,25 à 25W
- Puissance Max. en veille : 0,1W
- Durée de vie nominale : 100 000 heures
- Garantie : 5 ans
- Protocole de Communication : Bluetooth 5.0
- Mise à Jour du Logiciel : via l'application mobile

Fonctionnalités

La lampe Cayola d'Arits n'est pas une simple source de lumière. Elle est un véritable compagnon lumineux qui vous guide tout au long de la journée, de l'aube au crépuscule. Inspirée par les dernières recherches en chronobiologie, elle vise à réguler votre horloge biologique et à équilibrer vos hormones clés : mélatonine, sérotonine et cortisol.

Le cycle lumineux naturel

Votre lampe Cayola imite le cycle lumineux naturel du soleil. Elle commence la journée avec la douceur d'une bougie, atteint la luminosité du soleil de midi, puis vous accompagne jusqu'au coucher du soleil. Cette variation lumineuse est conçue pour aider votre corps à retrouver ses phases naturelles d'éveil et de sommeil.

La Science derrière la Lumière

La lampe utilise des spectres de lumière spécifiques pour influencer votre bien-être :

- Lumière Bleue et Ratio Mélanopique : Ces paramètres sont ajustés pour stopper la sécrétion de mélatonine, l'hormone du sommeil.
- Lumière Rouge : Utilisée au contraire produire de la mélatonine, elle est l'exact opposé en termes d'impact sur votre horloge biologique.

La lampe Cayola combine les principes de la luminothérapie bleue, rouge et du simulateur d'aube pour créer une expérience lumineuse qui vise à améliorer votre bien-être général.

La fonctionnalité « Stop Pensée »

La lampe Cayola vous aide à maîtriser la technique de respiration 4-7-8, une méthode éprouvée pour réduire le stress et améliorer la qualité du sommeil. La lampe guide votre respiration en changeant de luminosité :

- La lumière augmente progressivement 4 secondes : Inspirer
- La lumière reste stable pendant 7 secondes : Retenir votre souffle.
- Expirer pendant 8 secondes lorsque la lumière diminue.

La fonction 'Stop Pensée' est intégrée pour vous aider à vous concentrer sur votre respiration et à éloigner les pensées distrayantes. Cette séance de respiration dure 5 minutes, après quoi la lampe s'éteint toute seule.

Installation

Branchez simplement votre lampe au secteur. C'est tout ce qu'il faut faire pour commencer à utiliser votre lampe. Elle fonctionnera de manière autonome en fonction du profil lumineux choisi.

Lors du branchement à la prise secteur, les indicateurs lumineux sur la face avant clignotent un à un : cela signifie que le Bluetooth est actif ! Il se désactivera tout seul après 1 minute d'inactivité. Il vous servira lors de la prochaine mise à jour produit qui vous sera communiquée par mail.

Prise en main

Les Boutons de Commande

La lampe Cayola est équipée de boutons tactiles gravés directement sur sa surface en bois. Chaque bouton a une fonction spécifique pour vous permettre de contrôler les différents modes et réglages de la lampe.

⚠ Attention : La lampe Cayola est sensible au toucher. Assurez-vous de n'appuyer que sur un seul bouton à la fois pour éviter toute confusion ou mauvais fonctionnement.



Gestion manuelle de la puissance



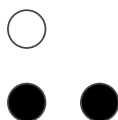
Gestion des modes



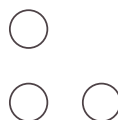
Gestion manuelle de la couleur

Les Indicateurs Lumineux

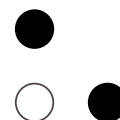
Au-dessus des boutons de commande se trouvent des indicateurs lumineux. Ces petites lumières présentent différents comportements pour vous indiquer clairement quel mode est actuellement actif sur votre lampe Cayola.



Mode « stop pensée »



Mode lumière circadienne



Mode lumière statique


Les Modes de Fonctionnement

Votre lampe Cayola offre trois modes d'éclairage distincts. Pour savoir quel mode est actuellement actif, référez-vous aux indicateurs lumineux :


- **Mode Lumière Circadienne** : Ce mode simule la lumière du soleil pendant la journée et passe à une lumière plus douce et apaisante pendant la nuit.
- **Mode Lumière Statique** : Dans ce mode, vous avez le contrôle total. Utilisez les boutons de commande pour choisir votre lumière
- **Mode Stop Pensée** : Ce mode est conçu pour vous aider à vous détendre. Il vous guide à travers une technique de respiration appelée "4-7-8". Après 5 minutes, la lampe s'éteindra automatiquement, signalant la fin du cycle de respiration.

Comment allumer la lampe ?


Au Branchement : Branchez la lampe dans une prise. Elle s'allume toute seule en Mode Lumière Circadienne et cherche à se connecter à un appareil Bluetooth.

Manuellement : Appuyez sur le bouton . La lampe s'allume en Mode Lumière Circadienne et ajuste la lumière pour vous.



Comment éteindre le produit ?



Appuyez et maintenez le bouton  pendant 2 secondes. La lampe et tous les indicateurs lumineux s'éteindront.

Comment activer le mode Stop Pensée ?


1. Assurez-vous que la lampe est en Mode Lumière Circadienne
2. Appuyez sur le bouton 
3. L'indicateur en haut à gauche s'allume. Vous êtes maintenant en Mode Stop Pensée.

Comment activer le mode lumière statique ?

1. Assurez-vous que la lampe est en Mode Lumière Circadienne.
2. Appuyez sur le bouton  ou .
3. L'indicateur en bas à gauche s'allume, indiquant que vous êtes en Mode Lumière Statique.

Pour ajuster la lumière, maintenez enfoncé l'un des boutons de gestion de la lumière ([Couleur]  ou [Puissance Lumineuse] ). La lumière changera progressivement.

Comment activer le mode Lumière circadienne ?

Depuis n'importe quel autre mode, appuyez une fois sur le bouton . Vous reviendrez au Mode Lumière Circadienne, qui est aussi le mode par défaut au démarrage de la lampe.

Conseils d'Entretien

Nettoyage

Diffuseur de Lumière : Nettoyez avec un chiffon doux et sec. Évitez les produits chimiques ou abrasifs.

Socle et chapeau en chêne massif : Un chiffon humide et un nettoyeur doux suffisent pour le bois.

Câble d'alimentation : Inspectez régulièrement le câble en toile de jute pour tout signe d'usure et remplacez-le si nécessaire.

Ampoule intégrée : Elle a une durée de vie de 100 000 heures. Si un remplacement est nécessaire, contactez notre service client.

Stockage

Conservez la boîte d'origine pour un stockage sûr et écologique lorsque la lampe n'est pas en utilisation.

Mises à jour

Gardez le logiciel de votre lampe à jour pour profiter des dernières fonctionnalités.

Précautions Générales

Évitez les liquides : Ne placez pas la lampe près de l'eau ou d'autres liquides.

Température ambiante : La lampe doit être conservée à une température ambiante modérée pour un fonctionnement optimal.

Foire aux questions

Combien de temps dois-je utiliser mon nouveau compagnon lumineux ?

Dans un objectif de synchroniser votre horloge biologique, nous recommandons d'utiliser la lampe en mode lumière circadienne pendant au moins 2 heures le matin et l'après-midi, et 1 heure le soir. Il est conseillé de vous placer à moins d'un mètre de la lampe. Vous n'avez pas besoin de rester à proximité de la lampe de manière continue ; des sessions de 10 minutes cumulées pour atteindre 2 heures l'après-midi ou 1 heure le soir sont suffisantes.

Quelle distance dois-je maintenir entre ma lampe et moi ?

Nous recommandons de placer votre lampe Arits à moins d'un mètre de vous durant ces sessions, soit environ la longueur d'un bras. Cette distance optimise la diffusion de la lumière tout en assurant votre confort. N'hésitez pas à ajuster cette distance selon vos besoins et votre environnement.

Est-ce que les effets fonctionnent si je ne l'utilise que le matin ?

Oui, utiliser la lampe Arits le matin peut significativement améliorer votre bien-être. Cependant, pour un effet optimal sur votre cycle de sommeil, il est bénéfique de l'utiliser également le soir.

Est-ce utile en plein été ?

Oui, la lampe Arits est utile même en été, surtout lors de journées pluvieuses ou lorsque vous fermez les volets pour garder la fraîcheur. Cependant, si vous avez la possibilité de sortir voir le vrai soleil, sortez !

Faut-il la laisser allumée toute la journée ?

L'utilisation optimale de la lampe dépend de vos besoins individuels. Vous n'avez pas à la laisser allumée toute la journée, mais elle peut être bénéfique si vous passez beaucoup de temps à l'intérieur.

Informations de Garantie

Durée de la Garantie : 5 ans sur les composants électroniques, y compris l'ampoule, l'alimentation et la carte de contrôle.

Couverture de la Garantie : La garantie couvre toute panne liée à un vieillissement prématuré ou à une mise à jour problématique.

Exclusions : Les chutes, l'exposition à des températures extrêmes et l'ouverture du produit par le client ne sont pas couvertes par la garantie.

Processus de Réclamation : Pour faire une réclamation, envoyez-nous le produit dans une boîte, bien protégé. Envoyez également un e-mail avec le numéro de série du produit ou le numéro de commande.

Service Client : Le moyen privilégié pour nous contacter est par e-mail. Notre service client est disponible du lundi au vendredi, de 9h à 18h. En moyenne, nous répondons en 24 heures, mais cela peut s'étendre jusqu'à 72 heures ouvrées.

Réparations et Remplacements : Expédiez votre produit à vos frais à l'adresse de l'entreprise. Nous le réexpédierons à nos frais une fois la réparation ou le remplacement effectué.

International : La garantie est valable uniquement en France.

Précautions de Sécurité

Risques Électriques : Notre produit est certifié IP41, ce qui signifie qu'il est conçu pour minimiser les risques d'électrocution. De plus, il est protégé contre la foudre, les décharges électrostatiques et les courts-circuits. Nous utilisons un régime de tension TBTS (Très Basse Tension de Sécurité) pour une utilisation en toute sécurité.

Chaleur et Température : La lampe chauffe légèrement pendant son utilisation. Aucune précaution spécifique n'est nécessaire pour éviter les brûlures. **Attention** : Ne pas utiliser le produit à une température supérieure à 40°C pour éviter les surchauffes.

Manipulation du Produit : Notre produit est robuste et certifié IK05, ce qui signifie qu'il est résistant aux chocs. Aucune partie n'est particulièrement fragile ou interdite au toucher.

Utilisation avec d'Autres Appareils : Aucune précaution spécifique n'est nécessaire lors de l'utilisation de la lampe à proximité d'autres appareils électroniques.

Enfants et Animaux : Aucune précaution spécifique n'est nécessaire lors de l'utilisation de la lampe à proximité d'enfants et d'animaux.

Conditions Environnementales : Le produit est protégé contre les températures élevées. Cependant, il n'est pas conçu pour résister à l'eau. Évitez toute exposition à l'humidité ou à l'eau.

Stockage : Aucune précaution spécifique n'est nécessaire pour le stockage du produit lorsque celui-ci n'est pas utilisé.

Mises à Jour Logicielles : Ne pas couper l'alimentation durant la mise à jour du produit.

Arits SAS

87
33100
France

Quai

de

Queyries,
Bordeaux

E-mail

:

bonjour@arits.fr

Téléphone : 06 69 12 62 27

