

Thera **Lite**

*Aura*

# Mood and Energy Enhancing Light User Guide

---

**⚠ WARNING:** This light should not be used on patients with macular degeneration. **ALWAYS** consult a physician before using this product.

---

**COMPASSHEALTH**

Manufactured for: Compass Health Brands Corp.  
Middleburg Heights, OH 44130  
[www.compasshealthbrands.com](http://www.compasshealthbrands.com) • Phone 800.376.7263  
Made in China • 42-FGP83000 0000 02 © 2021



Thank you for purchasing the TheraLite Aura. Please read this manual in its entirety. For more information on light therapy, please visit [carex.com](http://carex.com).

TheraLite Aura has been designed with your needs in mind. Projecting light from above, adjustable angle and multiple light settings make the TheraLite Aura the perfect companion at home or at the office.

UV-free LED technology and a comfortable color temperature ensure you experience a safe, comfortable therapeutic light. The adjustable lamphead lets you switch from therapy lamp to desk light with the turn of the knob.

### **Bright Light Benefits**

Daily exposure to bright light helps to maintain your circadian rhythm, boost energy and manage sleeping patterns. Light therapy is also the first line of recommended treatment for the Winter Blues.

For many, morning sun exposure is limited by work, school or other commitments, even in the summer. The TheraLite is a bright light therapy lamp designed to fill this gap.

### **Included Items**

TheraLite Aura lamp, Philips screwdriver and User Guide.

### **Safety Precautions**

1. If you have eye problems or have had eye surgery, you should consult your doctor or ophthalmologist before you use any form of light therapy. Certain eye and eye-related conditions may respond unfavorably to light therapy.
2. As with any electrical device, **DO NOT** use the TheraLite in or near water.
3. **DO NOT** overuse the TheraLite. Overuse may cause irritability, excessive energy, or difficulty falling asleep at bedtime.
4. It is **NOT** necessary to stare into the light. Read, work or talk on the phone during your light therapy session.
5. During the first few uses, your TheraLite may give off an odor; this is harmless, will not affect the use and will quickly disappear.
6. **ALWAYS** use in a well-ventilated area away from other heat sources and ensure that air can flow freely around the lamphead when the product is in use.

### **Disclaimer**

TheraLite is an innovative light supply system and is not a listed medical device in the USA.

### **Warranty**

Your lamp is maintenance-free and should provide years of service. The TheraLite has a one-year limited warranty from the date of purchase by the original purchaser. Please retain proof of purchase to ensure eligibility for warranty coverage.

Compass Health Brands, may choose to repair or replace a defective unit. Shipping costs are the responsibility of the product owner.

Misuse, abuse, accidental or incorrect operation, contrary to the instructions, will void a warranty claim.

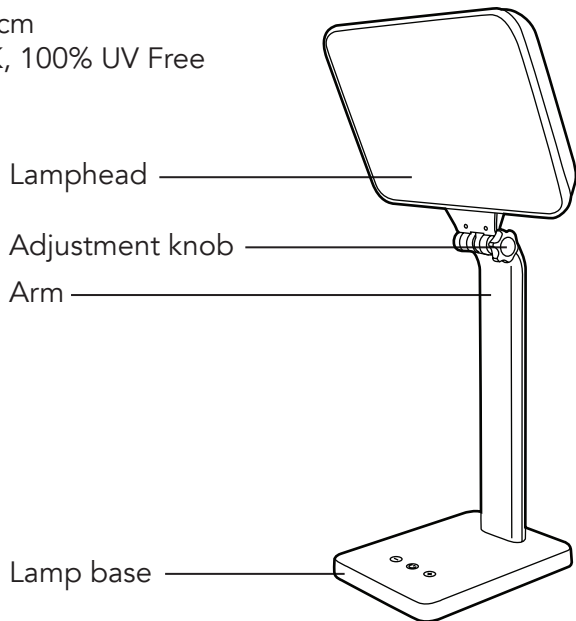
## Specifications

Power:	120V, 60Hz, 35W
Size:	22" x 11.25" x 11.5" / 56cm x 28cm x 29cm
Lens:	High-impact polycarbonate
Light Intensity:	10,000 LUX at 12"/30cm
Light Source:	168 LED Bulbs, 3000K, 100% UV Free
Angles:	Adjustable

## Light Therapy Basics

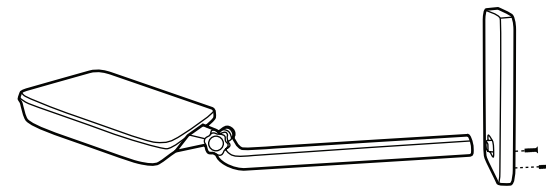
LUX or the light intensity at a specific distance from the light is the common term used in bright light therapy. The chart below details the average treatment times for the Winter Blues based on your eyes proximity to the lamp.

DISTANCE	SESSION TIME
12"/30cm	30 minutes
18"/45cm	60 minutes
24"/60cm	120 minutes



## Assembly Instructions

1. On a level, solid surface lay out the lamphead/arm, the lamp base and the 2 Philips screws for assembly.
2. Position the lamphead/arm on its side.
3. Carefully and firmly insert the bottom of the lamphead/arm into recess on the lamp base in the orientation shown.
4. Insert and by hand seat the Philips screws through the holes on the bottom of the lamp base.
5. Using the Philips screwdriver, hand-tighten the screws until snug – be careful not to overtighten.
6. Stand the lamp upright.
7. While holding the lamphead with one hand, with the other, turn the angle adjustment knob to loosen the lamphead, position to the desired angle and re-tighten the adjustment knob.
8. Plug the lamp into a standard 120V electrical outlet
9. Use the on/off touch button to turn the lamp on. Press "+" to increase the brightness and press "-" to lower the brightness.



### Using Your TheraLite for Therapy

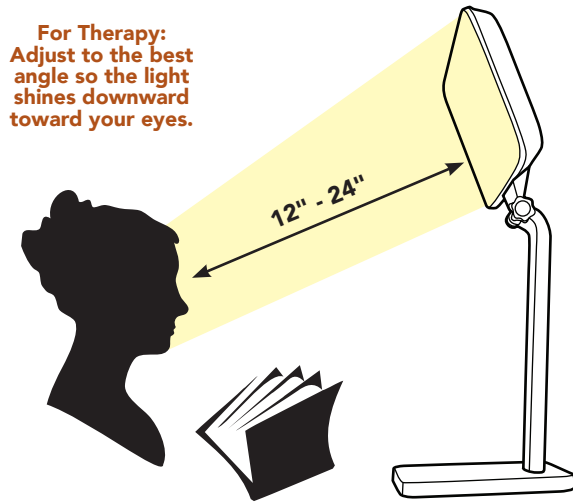
For those with mild to moderate Winter Blues, sleep or circadian rhythm issues, regular daily use of the TheraLite can help provide relief. For most conditions, use shortly after waking or in the morning.

Place the TheraLite Aura above your line of sight, where possible, to maximize the light reaching your eyes. You should be facing the lamp with eyes open during sessions, but you do not need to look directly at the light.

Over the first few days of use, assess the effect and, if necessary, lengthen or shorten the session time based on your response.

### Symptoms of Overuse

Negative effects are rare with light therapy. However, if you experience increased irritability, excessive energy, and/or any consistent discomfort during or after use, decrease session time or move the light further away. Using the lamp late in the afternoon or in the evening is not advised, as this may disrupt your sleep. It is recommended that you consult your doctor before beginning any bright light regimen.



### Utilisation de votre TheraLite à des fins thérapeutiques

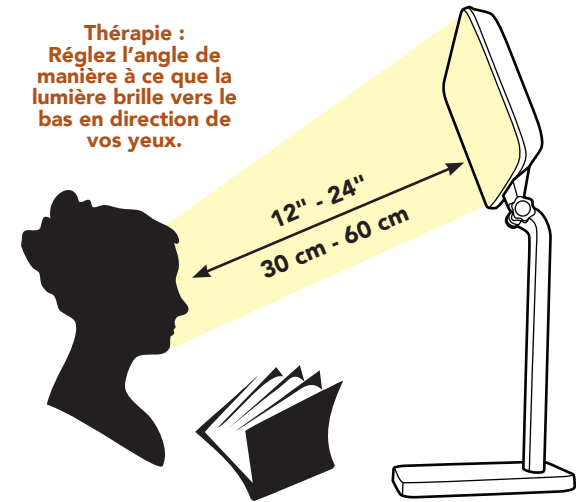
Pour les personnes souffrant de TAS, de dépression saisonnière, de problèmes de sommeil ou de rythme circadien légers à modérés, l'utilisation quotidienne répétée de le THERALITE pourrait offrir un soulagement. Pour la plupart des conditions, utiliser peu de temps après le réveil ou dans la matinée.

Placez la TheraLite Aura au-dessus de votre ligne de vision, si possible, afin de maximiser la quantité de lumière se rendant à vos yeux. Vous devriez faire face à la lampe, avec les yeux ouverts, pendant la séance. Vous n'avez toutefois pas à regarder la lumière directement. Il est recommandé de faire face à le THERALITE et de garder les yeux ouverts durant la séance de luminothérapie. Il ne faut toutefois pas regarder directement la source de lumière.

Au cours des premières journées d'utilisation, évaluer l'effet et, si nécessaire, prolonger ou raccourcir la séance en fonction des besoins.

### Signes d'usage abusif

Les effets négatifs associés à la luminothérapie sont rares. En cas d'augmentation de l'irritabilité, d'un excès d'énergie ou de tout inconfort persistant durant ou après l'usage, diminuer la durée de la séance ou éloigner la lampe. L'usage tard en après-midi ou en soirée n'est pas recommandé puisqu'il pourrait perturber le sommeil. Il est recommandé de consulter un médecin avant de commencer un programme de luminothérapie.



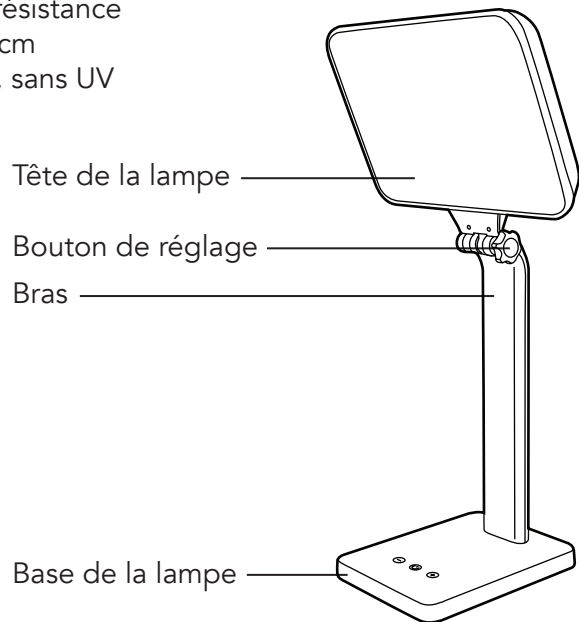
## Spécifications

Courant:	120V, 60Hz, 35W
Dimensions:	22po. x 11,25po. x 11,5po. / 56 cm x 28 cm x 29 cm
Lentilles:	Polycarbonate haute résistance
Intensité lumineuse:	10 000 LUX à 12"/30 cm
Source lumineuse:	168 DEL, 3000 Kelvin, sans UV
Inclinaisons:	Réglable

## Principes de base de la luminothérapie

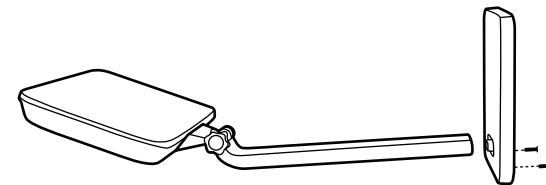
Le LUX ou l'intensité lumineuse à une distance spécifique de la lampe est l'unité de classification commune utilisée en luminothérapie. Le tableau ci-dessous présente en détail les temps de traitement moyens pour la dépression hivernale en se basant sur la distance entre vos yeux et la lampe.

DISTANCE	TEMPS DE SESSION
12" / 30 cm	30 minutes
18" / 45 cm	60 minutes
24" / 60 cm	120 minutes



## Consignes d'assemblage

1. Placez la tête, le bras et la base de la lampe de même que les 2 vis Phillips sur une surface solide et plane pour procéder à l'assemblage.
2. Placez la tête et le bras de la lampe sur le côté.
3. Insérez soigneusement et fermement la partie inférieure du bras de la lampe dans la fente de la base de la manière indiquée.
4. Insérez les vis Phillips dans les trous situés sur le dessous de la base.
5. Utilisez le tournevis Phillips pour serrer les vis. Attention de ne pas trop les serrer.
6. Placez la lampe debout.
7. En tenant la tête de la lampe avec une main, tournez le bouton de réglage de l'angle avec l'autre main pour desserrer la tête. Positionnez-la dans l'angle désiré et resserrez le bouton de réglage de l'angle.
8. Branchez la lampe dans une prise de courant standard de 120V.
9. Utilisez l'interrupteur tactile pour allumer la lampe. Appuyez sur « + » pour accroître l'intensité de la lumière et sur « - » pour la réduire.





Merci d'avoir acheté le TheraLite Aura. Veuillez lire ce manuel dans son intégralité. Pour plus d'informations sur la luminothérapie, veuillez visiter [carex.com](http://carex.com).

TheraLite Aura a été conçu en pensant à vos besoins. La projection de la lumière par le haut, l'angle réglable et les multiples réglages de lumière font du TheraLite Aura le compagnon idéal à la maison ou au bureau.

La technologie LED sans UV et une température de couleur confortable vous garantissent une lumière thérapeutique sûre et confortable. La tête de lampe réglable vous permet de passer d'une lampe de thérapie à une lampe de bureau en tournant le bouton.

### Avantages de la lumière vive

Une exposition quotidienne à une lumière vive aide à maintenir votre rythme circadien, à stimuler l'énergie et à gérer les habitudes de sommeil. La luminothérapie est également la première ligne de traitement recommandée pour le Winter Blues.

Pour beaucoup, l'exposition au soleil le matin est limitée par le travail, l'école ou d'autres engagements, même en été. La TheraLite est une lampe de luminothérapie brillante conçue pour combler cette lacune.

### Éléments inclus

Lampe TheraLite, tournevis Philips et guide de l'utilisateur

### Mesures de sécurité

1. Si vous avez des problèmes oculaires ou avez subi une chirurgie oculaire, vous devez consulter votre médecin ou ophtalmologiste avant d'utiliser toute forme de luminothérapie. Certaines affections oculaires et oculaires peuvent répondre défavorablement à la luminothérapie.
2. Comme pour tout appareil électrique, **NE PAS** utiliser le THERALITE dans ou près de l'eau.
3. **NE PAS** surutiliser le THERALITE. Un usage abusif pourrait causer l'irritabilité, un excès d'énergie ou une difficulté à s'endormir le soir.
4. Il **N'EST PAS** nécessaire de regarder directement la source de lumière. Faites de la lecture, travaillez ou parlez au téléphone pendant votre séance de luminothérapie.
5. Lors des premières utilisations, votre THERALITE pourrait dégager une odeur; elle est inoffensive, n'aura pas d'incidence sur l'utilisation et disparaîtra rapidement.
6. **TOUJOURS** utiliser votre THERALITE dans un endroit bien ventilé, loin des autres sources de chaleur et assurer que les événements ne sont pas bloqués lorsque le produit est utilisé.

### Avertissement

TheraLite est un système d'éclairage innovant et n'est pas un dispositif médical répertorié aux États-Unis.

### Garantie

Votre lampe ne requiert aucun entretien et vous devriez être en mesure d'en profiter pendant plusieurs années. La lampe TheraLite offre une garantie limitée d'un an à partir de la date d'achat par l'acheteur original. Veuillez conserver une preuve d'achat afin d'assurer l'admissibilité à la garantie.

Compass Health Brands peut, à sa discrétion, choisir de réparer ou de remplacer un appareil défectueux. Le propriétaire du produit est responsable des frais d'envoi.

Toute réclamation au titre de la garantie sera annulée par une utilisation abusive, accidentelle, incorrecte ou contraire aux instructions.

Thera **Lite**

*Aura*

Lampe visant à  
améliorer l'humeur et  
le niveau d'énergie

## Guide d'utilisation

---

**⚠ ATTENTION:** Cette lumière ne doit pas être utilisée chez les patients atteints de dégénérescence maculaire. **TOUJOURS** consulter un médecin avant d'utiliser ce produit.

---

**COMPASSHEALTH**

Fabriqué pour : Compass Health Brands Corp.  
Middleburg Heights, OH 44130

[www.compasshealthbrands.com](http://www.compasshealthbrands.com) • Téléphone 800.376.7263  
Fabriqué en Chine • 42-FGP83000 0000\_02 © 2021