

Ein Licht für Ihren Arbeitsplatz, dass Ihre Energie steigert.

Jeder Mensch hat einen Tagesrhythmus, der weitgehend durch das natürliche Tageslicht gesteuert wird. Bei herkömmlicher künstlicher Beleuchtung fehlt diese regelmäßige Stimulation durch Licht und die Hormonausschüttung unseres Körpers kann durcheinandergeraten. Das EnergyByLight ist nicht nur künstliches Licht, sondern biodynamisches Licht. Biodynamisches Licht bildet die Farbtemperatur und



Helligkeit des natürlichen Tageslichts im Tagesverlauf nach und steuert den so genannten zirkadianen Rhythmus. So wird ein ausgeglichener Tag-Nacht-Rhythmus für den Menschen gewährleistet. Sogar der saisonal abhängigen Winterdepression (SAD¹) wird mit biodynamischem Licht entgegengewirkt, da es uns mit Licht versorgt, das wir in den dunkleren Wintermonaten vermissen. Die EnergyByLight-Wiedergabe des Tageslichts macht uns produktiver, energiegeladener, konzentrationsfähiger und verbessert unseren Schlaf.

Bedienen Sie Ihr EnergyByLight einfach mit der entsprechenden App, um den für Sie richtigen zirkadianen Rhythmus einzustellen.²

Das EnergyByLight kombiniert eine perfekte Lichtverteilung an Ihrem Schreibtisch (auch zuhause) mit einer biologisch wirksamen Beleuchtung. So können Sie sich besser konzentrieren und effizienter arbeiten, ob im Büro oder zu Hause. Ausgestattet mit automatischen Tageslicht- und Anwesenheitssensor und Entblendungsoptik sorgt die Leuchte für eine gleichmäßige Lichtverteilung nicht nur für den Arbeitsplatz, sondern auch für die Umgebung des Arbeitsbereiches.

Das EnergyByLight bietet durch den richtigen Einsatz von Farbtemperatur, Helligkeit und optimierter Positionierung des Lichts eine hervorragende Beleuchtung für jeden Raum.

Der Mensch steht im Mittelpunkt - erleben Sie den Unterschied, und lassen Sie das EnergyByLight Ihr Wohlbefinden, Ihre Produktivität, Ihre Energielevel, Ihren Schlaf und Ihre Arbeitsleistung positiv beeinflussen.



¹ SAD = seasonal affective disorder oder saisonal abhängige Depression.

² Die EnergyByLight-App wird benötigt, um den zirkadianen Rhythmus einzustellen. Ansonsten ist eine manuelle Änderung der Farbtemperatur und Helligkeit erforderlich.

Infobox: Zirkadianer Rhythmus

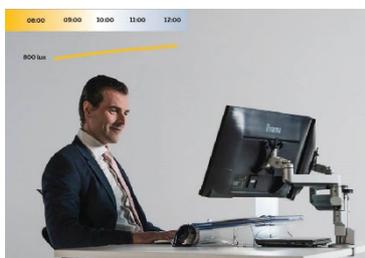
Der zirkadiane Rhythmus ist der biologische Rhythmus des Menschen. Er umfasst 24 Stunden, die sich grob in 16 Stunden Wachsein und 8 Stunden Schlaf aufteilen und kann daher auch als Schlaf-Wach-Rhythmus bezeichnet werden. Dieser Rhythmus wird direkt vom Tageslicht beeinflusst. Die Ausschüttung der Hormone Cortisol und Melatonin wird durch den zirkadianen Rhythmus gesteuert. Die Cortisolausschüttung ist am Morgen am höchsten, was uns produktiver macht. Das Hormon Melatonin hingegen nimmt mit zunehmender Tageshelligkeit stetig ab, so dass wir uns tagsüber fit und ausgeruht fühlen und mit abnehmendem Tageslicht müder werden, was uns hilft, nachts besser zu schlafen.³



Licht, das sich gut anfühlt - biodynamische Beleuchtung. Mit dem EnergyByLight unterstützen Sie Ihren natürlichen Biorhythmus auf die bestmögliche Weise. Das EnergyByLight folgt dem zirkadianen Tageslichtrhythmus und liefert daher die Signale, die der Körper braucht, um die verschiedenen Hormone zu produzieren, die uns auf der einen Seite über den ganzen Tag Energie liefern und unseren Körper auf der anderen Seite langsam auf den Schlaf vorbereiten, sobald das Tageslicht abnimmt. Das EnergyByLight ändert automatisch die Farbtemperatur und die Helligkeit des Lichts und richtet sich dabei nach der Sonne und direkt nach Ihrem Tagesrhythmus. Dieser Prozess ist entscheidend für ein gesundes Leben. Die Verwendung eines auf den zirkadianen Rhythmus ausgerichteten biodynamischen Lichts trägt dazu bei, dass unsere innere Uhr synchron mit dem Tagesrhythmus bleibt, auch wenn wir nicht oft die Möglichkeit haben, uns im natürlichen Tageslicht aufzuhalten.

Das EnergyByLight kann auch dazu beitragen, der saisonal abhängigen Depression (SAD) oder Winterdepression entgegenzuwirken. SAD wird durch zu wenig Tageslicht in den Wintermonaten verursacht. Das EnergyByLight kann diesen Unterschied im natürlichen Lichtniveau von Sommer und Winter ausgleichen.

Diese biodynamische Beleuchtung kann das Leben für alle die nicht genug Tageslicht bekommen oder die von SAD betroffen sind, verändern. Die Verwendung von EnergyByLight während des Tages wird Ihren Schlaf in der Nacht verbessern. Mit dem EnergyByLight werden Sie sich während des Arbeitstages und im Winter wohler und produktiver denn je fühlen.



³ Vgl. Zirkadianer Rhythmus: Finde deinen Tagesrhythmus. 20.10.2021 (<https://www.powerful-me.de/besser-leben/zirkadianer-rhythmus/>).

Infobox: Was ist Lux?

- Lux ist eine standardisierte Maßeinheit für die Lichtintensität.
- Das Sonnenlicht liefert zwischen vielen Tausenden von Lux bis zu einigen wenigen Hundert Lux, je nach Wetterbedingungen und Tageszeit.⁴

	Lux
Bedecktes Tageslicht	1000
Sonnenuntergang & aufgang	~400

Wie hoch ist die übliche Lux-Intensität im Büro?

Das typische künstliche Beleuchtungsniveau in Büros liegt bei 500-600 Lux, kann aber je nach Alter der Beleuchtungsanlage (z. B. Abnutzung der Lampen und Sauberkeit) auch niedriger sein.⁵

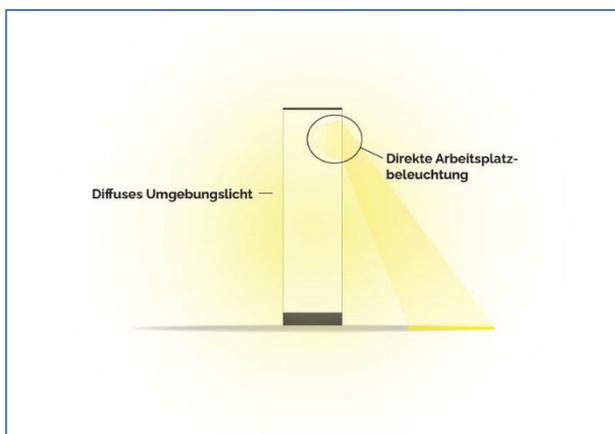
Infobox: Beleuchtung im Büro & Home-Office

Ergonomische Mindestanforderungen einer guten Beleuchtung gemäß den Vorschriften

1. Die richtige Sehumgebung bei der Arbeit mit einem Computerbildschirm wird gewährleistet, wenn die Lichtverhältnisse ohne störende Reflexionen, hohen Kontrast, sowie Blendung ist. Die Anpassung an schlechte Lichtverhältnisse führt häufig zu Überanstrengung der Augen, Kopfschmerzen und Ermüdung.
2. Die Mindestbeleuchtungsstärke sollte 500 Lux betragen, wobei es wünschenswert ist, dass die Lichtintensität auf bis zu 1000 Lux erhöht werden kann, damit der Einzelne die Möglichkeit hat, das Beleuchtungsniveau im Arbeitsbereich an seine spezifischen Bedürfnisse anzupassen.
3. Die Beleuchtung muss auf die jeweilige Arbeitsaufgabe abgestimmt sein, z. B. brauchen diejenigen, die Papierdokumente lesen müssen, mehr Licht im Arbeits-/Lesebereich, wo 750 Lux erforderlich sind.
4. Ein gewisses Maß an Tageslicht ist aufgrund seiner Bedeutung für Gesundheit und Wohlbefinden wünschenswert. Die sich während des Tages ändernde natürliche Beleuchtung gilt als Signalgeber für den biologischen Rhythmus.
5. Die Farbe und Intensität des natürlichen Tageslichts wirkt auf den Menschen. Eine Lichtquelle, die den Wechsel von Lichtfarbe und Helligkeit von der Sonne nachahmt, wäre ideal. Licht mit einem höheren Blauanteil ähnlich dem natürlichen Tageslicht während des Tages, und eine wärmere rötliche Farbe in der Morgen- und Abenddämmerung, werden als natürlicher empfunden.
6. Unter ergonomischen Gesichtspunkten ist es empfehlenswert, eine Mischung aus diffuser und direkter Beleuchtung sowie eine individuell einstellbare Arbeitsplatzbeleuchtung einzurichten. Eine individuelle Arbeitsplatzbeleuchtung ermöglicht es dem Mitarbeiter besser, das Licht auf die Bedürfnisse und die jeweilige Arbeitsaufgabe abzustimmen.⁶

Perfekte Lichtverteilung.

Das EnergyByLight kombiniert eine direkte Beleuchtung für den Arbeitsbereich auf dem Schreibtisch



und gleichzeitig eine indirekte Beleuchtung für die Umgebung. Auf diese Weise liefert das EnergyByLight ausreichend Licht in alle Richtungen, sowohl horizontal als auch vertikal für eine korrekte Beleuchtung des gesamten Arbeitsbereiches. Die eingebaute Öffnung im EnergyByLight ist speziell für die Beleuchtung des direkt vor dem Nutzer liegenden Arbeitsbereiches ausgerichtet und beleuchtet somit den Schreibtisch horizontal. Darüber hinaus erhellt ein diffuser Anteil auch die Umgebung in eine vertikale Richtung. Dies führt

⁴ Vgl. Green Business Light. 20.10.2021 (<https://greenbusinesslight.com/resources/lighting-lux-lumens-watts/>).

⁵ Vgl. Steven Edwards, elightingconsult, 19.10.2021.

⁶ Vgl. DIN EN ISO 9241-6:1999: Ergonomische Anforderungen für Bürotätigkeiten mit Bildschirmgeräten (neu: Ergonomie der Mensch-System-Interaktion), Teil 6: Leitsätze für die Arbeitsumgebung & Beleuchtung im Büro. 20.10.2021 (<https://www.ergo-online.de/>).

zu weniger Reflexionen rund um den Arbeitsbereich und zu einer angenehmeren Arbeitsumgebung für die Augen. Der Tag-Nacht-Rhythmus wird durch den vertikalen Lichteinfall auf die Augen optimal unterstützt, durch diese Lichtmenge wird die Unterdrückung von Melatonin optimiert und man bleibt aktiver. Der clevere Einsatz spezieller Nano-Optik-Diffusor Folien sorgt zudem dafür, dass die Oberflächenhelligkeit vom EnergyByLight innerhalb der geforderten Grenzen bleibt, so dass Kontrastprobleme wie bei herkömmlichen Arbeitsleuchten vermieden werden.

Die vertikale EnergyByLight-Beleuchtung eignet sich auch perfekt für Videotelefonate, da das Gesicht gleichmäßiger beleuchtet wird und unerwünschte Schatten vermieden werden. Die manuelle Änderung der Farbtemperatur sorgt für einen optimalen, gesunden Teint im Gesicht.

Einstellen des zirkadianen Rhythmus mit der EnergyByLight-App.

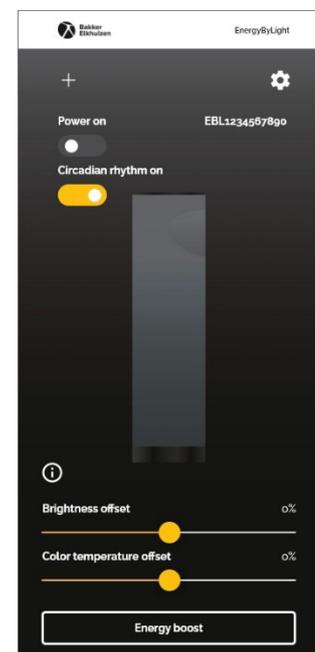
Sie können den zirkadianen Rhythmus ganz einfach mit Hilfe der EnergyByLight-App einstellen. Laden Sie die App über den QR-Code am Sockel der Leuchte herunter, verbinden Sie Ihr Smartphone und stellen Sie Ihren Ort ein. Das EnergyByLight folgt dann automatisch dem zirkadianen Rhythmus Ihrer Region.⁷ Es passt sich einfach an das Tageslicht an und regelt automatisch die Farbtemperatur und Helligkeit. Selbst im Winter hilft es, den schädlichen Auswirkungen der dunklen Jahreszeit entgegenzuwirken. Ob im Winter oder im Sommer, das EnergyByLight liefert das richtige Licht zur richtigen Zeit, reguliert Ihren Schlafrhythmus und wirkt sich somit positiv auf Ihre Stimmung und Ihr Wohlbefinden aus.

Jeder von uns hat spezifische Bedürfnisse, entweder brauchen Sie mehr oder weniger Licht als andere. Mit Hilfe der App können Sie die Farbtemperatur und die Helligkeit des EnergyByLights ändern. Im Modus, in dem das EnergyByLight dem zirkadianen Rhythmus folgt, können Sie die Farbtemperatur als auch die Helligkeit um bis zu 20 % erhöhen oder reduzieren. So können Sie es optimal auf Ihre Bedürfnisse anpassen. Sobald Sie das zirkadiane Lichtprofil ausschalten, können Sie die Farbtemperatur und Helligkeit manuell über den gesamten Anpassungsbereich regulieren (es wird jedoch empfohlen, das zirkadiane Lichtprofil zu verwenden).

Eine weitere Funktion der App ist, dass Sie die Zeit Ihrer Mittagspause einstellen können. Sobald die Pause vorbei ist und Sie Ihre Arbeit wieder aufnehmen, gibt Ihnen das EnergyByLight automatisch einen Energieschub, den sogenannten „Energy boost“. Es werden dann die Farbtemperatur und die Helligkeit auf ein kühles, helles, weißes Licht angepasst, wodurch Sie sich wacher und energiegeladener fühlen. Das Gute daran ist, dass Sie jederzeit den 'Energy boost'-Knopf in der App drücken können. Falls Ihre Mittagspause länger dauert, drücken Sie einfach den Knopf, wenn Sie zurückkommen. Oder wenn Sie am Nachmittag mehr Energie für eine komplexe Aufgabe brauchen, drücken Sie den 'Energy boost'-Knopf und das EnergyByLight passt das Licht an, und Sie fühlen sich wacher.

Zusätzlich hat die App den großen Vorteil, dass Sie eine Abwesenheitszeit einstellen können. Wenn das Licht keine Bewegung erkennt, schaltet es sich automatisch aus. Mit der Abwesenheitserkennung kann man eine definierte Zeit einstellen, nach der sich das Licht ausschaltet, wenn es keine Bewegung erkennt.

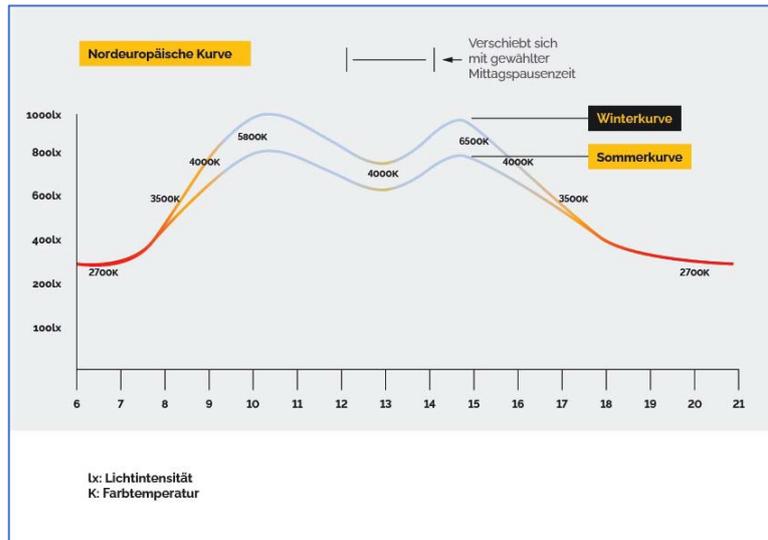
Neben der App ist auch eine direkte manuelle Helligkeits- und Farbsteuerung über die Touch-Oberfläche möglich. In diesem Modus kann das gesamte Farb- und Helligkeitsspektrum der Lampe genutzt werden. Sie entscheiden, ob sich das Licht an Ihren Ort orientieren soll, oder ob Sie individuelle Einstellungen vornehmen, die besser zu Ihrem Tagesrhythmus passen. So oder so werden Sie sich garantiert aktiver und fitter fühlen.



⁷ Erlauben Sie Ihrem Gerät **einmalig** den aktuellen Standort zu nutzen, um die richtige Zeitzone zu bestimmen.

Leistungs-Boost.

Nachdem Sie den zirkadianen Rhythmus über die App entsprechend Ihrer Location eingestellt haben, startet das EnergyByLight in den Morgenstunden mit einer warmen Farbe und einer Lichtintensität von 500 Lux und wechselt im Laufe des Vormittags zu einer kühlen weißen Farbe mit etwa 650-700 Lux. Die maximale Lichtintensität liegt in den Morgenstunden vor der Mittagszeit bei 800-850 Lux. Abhängig von den in der App eingestellten Mittagspause gibt das EnergyByLight nach dem Mittagessen automatisch eine kühl-weißes, sehr helles Licht ab. Dieser Lichtschub hilft dabei, dem Tiefpunkt, den wir nach dem Mittagessen erleben, entgegenzuwirken. Der so genannte "Energy boost" trägt dazu bei, Ihre Leistung auf einem höheren Niveau zu halten.



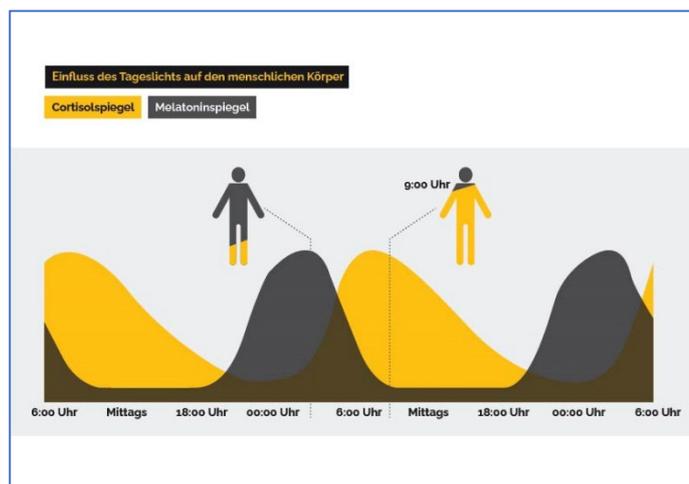
Zum Nachmittag hin ändert sich die Lichtintensität allmählich auf 450 Lux mit einer wärmeren, rötlich-weißen Lichtfarbe, die den natürlich wechselnden Aspekt des Tageslichts nachahmt.

Das EnergyByLight gleicht automatisch den Unterschied im natürlichen Lichtniveau von Sommer und Winter aus. Der Mangel an natürlichem Sonnenlicht im Winter wird durch eine höhere Helligkeit in der Winterkurve kompensiert.

Das biodynamisch angepasste Licht vom EnergyByLight folgt dem zirkadianen Rhythmus, so dass unsere innere Uhr synchronisiert bleibt. Das gibt uns automatisch die Möglichkeit, gesünder und zufriedener zu arbeiten.

Mehr Energie für „Nachteulen“ und „Frühaufsteher“.

Das EnergyByLight liefert eine natürliche Nachahmung des Tageslichts, so dass der Körper die richtigen Hormone zur richtigen Zeit produziert, um unseren natürlichen zirkadianen Rhythmus aufrechtzuerhalten. So starten Sie wach und produktiv in den Arbeitstag. Aber auch wenn sich der Arbeitstag zum Ende neigt, gibt das EnergyByLight die richtige Lichtintensität und -farbe ab und hilft Ihnen, sich auf die Dämmerungsphase vorzubereiten, um nachts besser einzuschlafen zu können. So wird Ihre Energie im richtigen Moment freigesetzt, wenn Sie sie am meisten brauchen, und Sie können am Abend gut einschlafen, um Ihre Batterien wieder aufzuladen und den nächsten Tag mit neuer Energie zu beginnen.



Egal, ob Sie eine „Nachteule“ sind und Ihren Arbeitstag später am Morgen beginnen und bis spät in den Abend arbeiten, oder ein „Frühaufsteher“ und Ihren Arbeitstag früh am Morgen beginnen.

Mit dem EnergyByLight können Sie den zirkadianen Rhythmus entsprechend nach vorne oder hinten verschieben. Das EnergyByLight folgt weiterhin dem zirkadianen Rhythmus, nur entsprechend verschoben auf Ihre Arbeitszeiten. Das bedeutet, dass Sie perfekt in den Tag starten können und Ihr natürlicher zirkadianer Rhythmus während des gesamten Arbeitstages beibehalten wird, um für Sie die optimale Energiekurve zu erzeugen.

Design.

Platzsparendes, zurückhaltendes und dennoch schickes Design. Das EnergyByLight fügt sich perfekt in jede Arbeitsumgebung ein, auch in Ihrem Homeoffice. Platziert auf der gegenüberliegenden Seite der Maushand neben dem Bildschirm, wobei das direkte Arbeitslichtfenster parallel zur Tastatur und/oder zum Dokumentenhalter ausgerichtet ist, sorgt es für die Beleuchtung Ihres Schreibtisches und Ihrer Umgebung. Das EnergyByLight kann auch die Deckenbeleuchtung vollständig ersetzen und als einzige Lichtquelle auf jedem Schreibtisch (auch zuhause) dienen. Zudem ist das EnergyByLight original holländisches Design und Qualität Made in Holland, nach den höchsten Qualitätsstandards.



Praktisch.

Das EnergyByLight verspricht einen niedrigen Energieverbrauch und eine lange Lebensdauer von etwa 50.000 Stunden. Es hat zwei Funktionen integriert, um die Energieeffizienz zu Hause oder im Büro zu gewährleisten. Zum einen überwacht das EnergyByLight die Umgebungshelligkeit und passt sich dieser an. Andererseits verfügt es über einen Anwesenheitssensor und schaltet das Licht aus, wenn keine Bewegung erkannt wird. Der geringe Energieverbrauch vom EnergyByLight senkt nicht nur die Kosten, sondern macht es auch nachhaltiger und effizienter. Aber vor allem können Sie durch die Verwendung des EnergyByLight Ihr Wohlbefinden, Ihre Stimmung, Ihre Produktivität, Ihre Konzentration und Ihren Schlaf positiv beeinflussen.