Un rythme circadien équilibré de 24 heures peut vous aider à maintenir une énergie corporelle efficace, à être alerte et à conserver une humeur positive pendant la journée. La nuit, un rythme circadien fonctionnant correctement permet à votre corps de dormir profondément.

• Stimulation la production de mélatonine
Les lunettes Spooky2 Sleep Shades favorisent la production de mélatonine par votre corps, une hormone vitale et utile et un antioxydant. La lumière bleue inhibe la production de mélatonine.

La mélatonine peut contribuer à réguler votre santé intestinale, à protéger les tissus neuronaux, à améliorer votre immunité et les processus inflammatoires, et à activer la détoxification du cerveau.

Comment porter les lunettes Spooky2 sleep shades ?
1. Placez délicatement les lunettes Spooky2 Sleep Shades sur vos yeux à l'aide des deux mains. Laissez le centre des lunettes se placer confortablement sur l'arête de votre nez.

2. Veillez à ce que les lunettes Spooky2 Sleep Shades reposent confortablement sur le haut de votre nez. Cela rapproche les verres de vos yeux.

3. Pour retirer vos lunettes de nuit, soulevez au niveau des tempes et faites glisser vos lunettes vers l'avant à l'aide de vos deux mains.

Lunettes Spooky2 Sleep Shades et fréquences Rife
Pour tirer le meilleur parti de vos Sleep Shades, vous pouvez les porter tout en recevant des fréquences Rife de soin de votre générateur Spooky2. Vous trouverez ci-dessous une liste de programmes et de préréglages dans votre logiciel Spooky2. Nous vous suggérons de les utiliser pour stimuler votre énergie corporelle et améliorer votre santé.

Programmes / préréglages recommandés :
Daily Wellness (R) - BY (onglet Presets)
Eyesight to Improve (R) - JK (onglet Presets)
Meridian Clock (R) - CK (onglet Presets)
Eye Fatigue - RUSS (onglet Programs)
Melatonin – MW ou XTRA (onglet Programs)

Matériel

Verres : Polycarbonate résistant aux chocs.
Monture : Polymère de titane plastique TR 90
Étui : Cuir, fer, doublure en flocage synthétique de protection

Précautions et entretien
1. Utilisez un chiffon doux en microfibre et un spray pour verres pour garder vos lunettes Spooky2 Sleep Shades propres.

2. Évitez d'utiliser des débarbouillettes ou des serviettes en papier pour nettoyer les lunettes Spooky2 Sleep Shades. Elles peuvent rayer les verres.

3. Rangez vos lunettes Spooky2 Sleep Shades dans l'étui fourni afin de les protéger contre les chutes, les éraflures et la poussière.

4. mettez ou retirez toujours vos lunettes Spooky2 Sleep Shades en utilisant les deux mains.

Spooky2

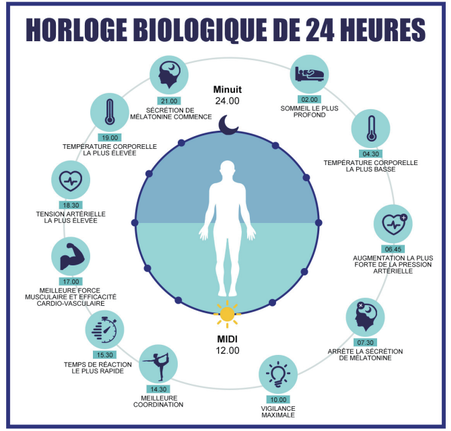
Dormez Mieux Avec Les Lunettes Spooky2 Sleep Shades

Août · 2022

Simple • Convenient • Effective • Versatile

Spooky2

la qualité de votre sommeil et vous aider à maintenir naturellement un rythme circadien sain.

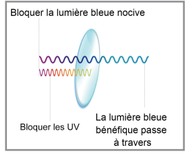


autres. Si nos yeux reçoivent de la lumière bleue pendant la soirée, notre rythme circadien est perturbé, le sommeil devient agité et des maladies chroniques peuvent en résulter. La lumière bleue pendant la période nocturne est préjudiciable à votre santé.

Comment les lunettes Spooky2 sleep shades vous aideront-elles ?

- Amélioration du confort des yeux

Les lunettes Spooky2 sleep shades sont équipées de verres utilisant la toute nouvelle **technologie de blocage de la lumière bleue 435cut™** pour protéger nos yeux contre la lumière bleue non naturelle. De plus, elle laisse passer la lumière bleue bénéfique, de sorte que les couleurs semblent naturelles. Lorsque nous recevons une quantité suffisante de lumière bleue bénéfique, celle-ci contribue à soutenir notre rythme circadien, à stimuler nos fonctions cérébrales et à accroître le confort oculaire.



- Régulation saine du rythme circadien

Si vous avez du mal à conserver un rythme circadien sain ou si vous avez un sommeil agité, portez vos lunettes Sleep Shades une ou deux heures avant d'aller vous coucher. Pendant ce temps, allumez votre générateur de fréquences, chargez, et lancez quelques fréquences de soin. Laissez Spooky2 améliorer

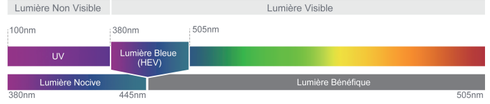
Cependant, toute la lumière bleue n'est pas bonne. Sur le spectre lumineux présenté ci-dessus, la lumière bleue entre 380nm et 445nm est nocive, ce qui provient principalement de la lumière bleue artificielle.

Malheureusement, nous sommes exposés à trop de lumière bleue artificielle provenant des smartphones, tablettes, ordinateurs portables, téléviseurs et

Les lunettes Spooky2 sleep shades combinent l'application des fréquences Rife de Spooky2 avec sa **technologie de blocage de la lumière bleue 435cut™** conçue pour réduire votre exposition à la lumière bleue.

La technologie 435cutTM filtre efficacement la VHE (lumière Visible à Haute Energie) entre 415nm et 435nm, offrant ainsi une protection plus efficace des yeux, régulant votre rythme circadien, améliorant la qualité du sommeil et rétablissant la santé.

Pourquoi la lumière bleue artificielle est-elle mauvaise ?

Pendant des milliers d'années dans l'histoire de l'humanité, le soleil était la seule source de lumière bleue - l'une des couleurs du spectre de la lumière visible. La lumière naturelle fait apparaître le ciel en bleu, car les longueurs d'onde bleues frappent les molécules d'air.

De plus, il a été médicalement prouvé qu'une exposition modérée à la lumière bleue naturelle favorise le cycle naturel de sommeil et d'éveil du corps (rythme circadien), favorise la vigilance et stimule la mémoire et les fonctions cognitives.