



Bonnes Résolutions de Rentrée :

Dormir utile ou capitaliser sur son temps de sommeil pour améliorer son bien-être... la journée !

Période par excellence pour se fixer de nouveaux et vertueux objectifs, chaque rentrée voit son lot de bonnes résolutions fleurir pour vivre mieux : prendre soin de soi, faire du sport, rééquilibrer son alimentation, fuir le stress, profiter de sa famille, etc. Et tout cela doit, bien-entendu, s'intégrer dans un emploi du temps déjà bien chargé...

Pour être sûr de ne pas tout remettre (encore une fois) à plus tard, Climsom, spécialiste du bien-être par la Thermothérapie, permet de capitaliser sur le temps de sommeil pour apporter jour après jour, bien-être et relaxation.



Je dors mieux, donc je me sens mieux ! Essentiel à l'organisme, le sommeil permet au corps de récupérer de l'activité de la journée, de restaurer les cellules et de consolider la mémoire... Même si la durée du sommeil varie d'une personne à l'autre, l'*Institut National du Sommeil et de la Vigilance* détermine ce besoin pour un adulte entre 7h et 8h par nuit... Or, l'insomnie chronique touche plus d'1 Français sur 5 !

En permettant de contrôler la température du lit, **au degré près**, Climsom crée un environnement complètement personnalisé, propice à un endormissement rapide et un sommeil de qualité*.



Se libérer la nuit des petits maux qui nous empoisonnent le jour ! Et si une bonne hygiène de vie commence par une bonne nuit de sommeil, quoi de mieux que de capitaliser sur ce temps incontournable et nécessaire pour prendre soin de soi ?

Tout en favorisant un sommeil de qualité, Climsom, capitalise sur nos nuits pour soulager durant notre sommeil nos petits maux du quotidien...

* Une étude conduite en 2011 par le Centre du Sommeil de l'Hôtel Dieu et menée par le Pr Damien LEGER a validé l'amélioration du sommeil des utilisateurs du sur-matelas thermo-régulé CLIMSOM. Qualité de la nuit **+34%**, qualité de la journée **+19%**

La Thermothérapie ou les propriétés naturellement bienfaisantes du Froid et du Chaud...

- **La thérapie par le Froid :**

Antalgique, anti-inflammatoire et vasoconstricteur, **le Froid va apporter une sensation de soulagement immédiate....**

Ses applications : problèmes de Jambes lourdes, syndrome des jambes sans repos, suées nocturnes, ménopauses et bouffées de chaleur, crampes...

- **La thérapie par le Chaud :**

La chaleur décontracte les muscles et procure ainsi bien-être et soulagement. La chaleur apporte une réponse rapide et efficace aux douleurs musculaires fréquentes dues au stress et au travail statique et répétitif.

Ses applications : lombalgies, contractures, courbatures, relaxation...

Grâce au contrôle au doigt et à l'œil de la température du lit, Climsom permet à chacun de trouver le sommeil à la température idéale... la sienne ! Mais plus que cela, grâce à son action diffuse et continue au plus près du corps, Climsom soulage de façon simple et naturelle de nombreux maux, responsables à leur tour de troubles du sommeil ...

Cellulite : combattez, même la nuit!



Traditionnellement pratiquée en Institut et Thalassothérapie, la Frigithérapie consiste en un enveloppement du ventre ou des jambes par des bandes imbibées d'une solution apaisante, le plus souvent à base de camphre ou de menthol, et maintenu à 15°C environ. **Par leur effet vasoconstricteur, le froid et la solution choisie favorisent la circulation sanguine, aident à lutter contre les insuffisances circulatoires comme les varices ou la cellulite aqueuse, et confèrent tonus et raffermissement.** En relançant la circulation, la Frigithérapie favorise l'élimination des stocks graisseux et des déchets.

Grâce au CLIMSOM, il est désormais possible de réaliser soi-même ses séances de Frigithérapie, très simplement et aussi souvent que souhaité.... Affinez votre silhouette et retrouvez des **jambes légères, fermes et toniques tout en dormant !**

Comment procéder ?

- Régler le CLIMSOM sur 18°C une vingtaine de minutes** avant la séance, voire à 15°C si vous disposez du sur-matelas Intense
- Appliquer un gel mentholé ou camphré sur les zones à traiter (hanches, fesses, cuisses,...)** : le gel et le CLIMSOM agiront alors de manière synergique pour des résultats optimaux.
- S'allonger ¼ d'heure sur le ventre, et ¼ d'heure sur le dos.**

Une triple action: relaxante, anti-jambes lourdes et anti-cellulite.

Astuce: réaliser ces séances au moment du coucher puis passer à une température plus modérée (autour de 23°C – 25°C) afin de profiter de l'effet rafraichissant anti-jambes lourdes et anti-cellulite toute la nuit.

Climsom, le sur-matelas climatisé, pour une nuit enfin réparatrice



Prix : à partir de 349 euros TTC

Le matelas, les draps et la couette emmagasinent à la fois la chaleur ambiante et la chaleur corporelle du dormeur. Très vite, les occupants du lit « baignent » littéralement dans leur chaleur.

Discret, le sur-matelas **CLIMSOM** fonctionne par circulation d'eau via un fin réseau de tubulures en silicone qui porte le couchage à la température désirée grâce à un thermo-contrôleur placé sous le lit.

Pour un confort optimal, une télécommande permet au dormeur de contrôler la température de son lit à distance, au degré près, de **18°C** à 48°C (allumage, arrêt, modification de la température du sur-matelas, départ différé...).

Précurseur des produits de Thermo-thérapie, CLIMSOM soulage les maux du quotidien.
- www.climsom.com -

Bien dans son corps grâce à la Thermo-thérapie

Du grec « *thermos* », chauffé, et « *therapeuein* », soigné, la thermo-thérapie utilise le froid et la chaleur pour soulager les douleurs et tensions du quotidien.

CLIMSOM s'appuie sur cette méthode douce ancestrale pour développer une gamme de produits thérapeutiques visant à favoriser bien-être et détente grâce à l'utilisation de l'eau. Selon la variation de température de cette dernière, le dormeur bénéficie de bienfaits en phase avec ses besoins.

Favorisant un sommeil de qualité, CLIMSOM vous aide à capitaliser sur vos nuits pour vous réconcilier avec votre corps.



Le service de presse de CLIMSOM se tient à votre disposition pour répondre à vos questions et pour étudier toute demande de démonstration ou prêt produit.

Agence Dakota Communication

13 rue La Fayette – 75009 Paris – Tél. : 01 55 32 10 42/43

Christèle Solis: c.solis@dakota.fr

Cécile Chapron : c.chapron@dakota.fr