

**Chaleurs estivales**  
**Comment mieux dormir quand les nuits sont chaudes ?**  
**Climsom, des solutions rafraîchissantes de bien-être nocturne !**

L'été arrive enfin ! Luminosité, températures en hausse... toutes les conditions sont réunies pour retrouver un moral d'acier. Petit bémol : des températures élevées la nuit perturbent le sommeil et créent un inconfort. Les « troubles thermiques du sommeil » entraînent progressivement une fatigue supplémentaire qui devient potentiellement source d'irritabilité.

**Quand l'inconfort thermique perturbe le sommeil**

En été, la chaleur de l'air de la chambre à coucher ajoutée à celle du corps humain rend les nuits souvent difficiles. Si notre organisme possède un mécanisme naturel qui abaisse sa température au moment de l'endormissement, des nuits trop chaudes perturbent son fonctionnement. Le sommeil en subit rapidement les conséquences: allongement du temps d'endormissement, micro-réveils fréquents, diminution de la durée totale du sommeil, sudations nocturnes, moindre récupération énergétique...

Et au-delà de la question même du confort, chaque été connaît une période de surmortalité de plusieurs milliers de personnes. En effet, les personnes habituellement vulnérables le sont encore plus en période de fortes chaleurs, notamment les personnes âgées qui transpirent de moins en moins avec l'âge et les personnes désorientées qui ne pensent pas forcément à boire et à se rafraîchir.

**Des solutions imparfaites ou incomplètes :**

**Le ventilateur** ne fait que brasser de l'air chaud.

**Le climatiseur**, lorsqu'il existe et qu'il est supporté par les occupants, rafraîchit efficacement la pièce mais non le lit et les personnes qui s'y trouvent.

**Les sur-matelas à gel** rafraîchissent pendant une à deux heures puis sont saturés de la chaleur corporelle du dormeur.

**Des matelas à fibres innovantes** proposent une thermorégulation qui retient ou évacue un peu plus la chaleur corporelle, mais sans apporter une fraîcheur extérieure complémentaire.

**Climsom, des solutions pour diminuer l'inconfort des nuits trop chaudes !**

**Une température fraîche de la chambre à coucher est conseillée pour favoriser un sommeil de qualité.**

CLIMSOM pousse ce constat encore plus loin pour proposer des **dispositifs rafraichissants au plus près du corps.**

CLIMSOM développe et commercialise une gamme de produits basée sur le principe ancestral de la Thermo thérapie.

## Un sur-matelas pour rester au frais quand il fait chaud !



### Le sur-matelas climatisé, pour une nuit fraîche et réparatrice

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.

Prix : à partir de 349 euros TTC

Pour répondre à cette problématique, le sur-matelas **CLIMSOM** apporte une fraîcheur bienfaisante grâce au contrôle, **au degré près**, de la température du lit.



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...).

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.

## Des oreillers rafraîchissants pour garder la tête au frais !



### Pour un oreiller toujours frais, CLIMSOM lance le coussin auto-rafraîchissant **Chillow®**.

Doux au toucher et moelleux, **Chillow** est un coussin individuel **qui se refroidit seul à l'air libre**. Grâce à une technologie brevetée, il agit comme un échangeur thermique entre le coussin et le corps : la chaleur du corps absorbée par **Chillow** est évacuée par la surface libre qui est en contact avec l'air.

Une fois rempli d'eau (avant sa première utilisation), il procure une sensation de fraîcheur nuit après nuit, sans nécessité de le réfrigérer.

Prix : 35,90 euros TTC l'unité  
59,90 euros TTC le pack de 2



Prix : 29,90 euros TTC l'unité  
54,90 euros TTC le lot de 2

**CoolPad** est un sur-oreiller rafraichissant à gel. Il se glisse sous la taie de votre oreiller habituel, simplement posé sur votre oreiller.

Son gel absorbe les excès de chaleur de votre visage et vous apporte plusieurs heures d'intense fraîcheur... **pour un endormissement facilité et un oreiller frais chaque nuit.**

À la maison ou en vacances, il s'emmène partout et est **réutilisable à souhait.**

Discret (54 x 34 cm) et léger (950 g), *CoolPad* est **hypoallergénique** et s'entretient facilement à l'eau savonneuse.

**Précurseur des produits de Thermothérapie, CLIMSOM soulage les maux du quotidien.**  
- [www.climsom.com](http://www.climsom.com) -

### **Bien dans son corps grâce à la Thermothérapie**

Du grec « *thermos* », chauffé, et « *therapeuein* », soigné, la thermothérapie 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](mailto:c.solis@dakota.fr)**

**Maité Cesarotto : [mc@dakota.fr](mailto:mc@dakota.fr)**