Petit BamBou, Wopilo, Moona, Remi et Dreaminzzz vous aident à mieux dormir la nuit

Chaque vendredi, Maddyness vous propose une sélection de startups (ou de projets innovants) à découvrir. Au menu de cette semaine, les startups qui vous aideront à mieux dormir : Petit BamBou, Wopilo, Moona, REMI et Dreaminzzz.

Temps de lecture : minute

---

15 mars 2019

Plus d'un tiers des Françaises et Français – soit 35,9 % de la population – dort moins de six heures par jour, selon le baromètre de Santé publique France (SPF) publié dans le Bulletin épidémiologique hebdomadaire *(*BEH) n° 8-9 paru le mardi 12 mars dernier. Une durée qui est bien en dessous des sept heures minimales quotidiennes habituellement recommandées pour une bonne récupération. En cause : la connexion continue du monde où chacun veut toujours être présent. Cependant, les petits dormeurs s'exposent aussi à des risques plus élevés d'obésité, de diabète de type 2, d'hypertension, de pathologies cardiaques et d'accidents. En outre, dormir moins de six heures réduit aussi la vigilance dans la journée, augmente l'irritabilité et perturbe les relations familiales ainsi que la qualité de vie et de travail. Nous vous avons donc concocté une sélection de 5 startups françaises qui vous aideront à passer des nuits tranquilles. A votre camomille !

Petit Bambou lance les " méditations du

soir " qui vous préparent à bien dormir

Quand compter les moutons ne marche plus, l’application Petit Bambou propose un nouveau programme de méditation et de sophrologie, pour ralentir, pour lâcher prise et pour vous préparer doucement au coucher. Ces " Méditations du soir " se basent sur la déconnexion au corps, sur le paysage sensoriel, la respiration, la bienveillance et la compassion. De quoi vous mettre dans de bonnes conditions avant de vous endormir paisiblement…

Wopilo, l’oreiller qui vous procure un sommeil réparateur

Pour dormir confortablement tout en profitant d’un soutien cervical qui s’adapte à votre port de tête, l’oreiller Wopilo combine les meilleurs aspects d'une literie de qualité pour un sommeil vraiment reposant. Il est constitué d’un garnissage en microfibres – un avantage pour les allergies aux plumes – et d’un cœur en mousse à mémoire de forme pour s’adapter à toutes et à tous. Différentes épaisseurs sont également proposées pour répondre aux besoins spécifiques des consommatrices et des consommateurs. Un même oreiller cumule à la fois une face ferme et une face moelleuse pour s'adapter à tous les dormeurs ! Wopilo propose 30 nuits d’essai et une garantie de 1 001 nuits.

Moona régule votre température corporelle pendant votre sommeil

Pour vous aider à vous endormir plus vite, pour prévenir les réveils en pleine nuit à cause de la chaleur et pour garantir un réveil en pleine forme, Moona régule la température de votre oreiller au moment du coucher et s'adapte à l'utilisatrice ou à l'utilisateur de ce dernier. En effet, les besoins du corps en matière de température varient selon les étapes du coucher, et c'est au niveau de la tête que cette température se régule. La nuit, une température basse permet de garder le sommeil et le matin, Moona se réchauffe progressivement pour vous réveiller en douceur. Les préférences se commandent directement sur une application connectée à votre smartphone.

Remi, le coach du sommeil des enfants

Pour optimiser le sommeil des petits et des grands, UrbanHello lance Remi, un réveil intelligent multifonctions qui crée des habitudes de coucher et de lever régulières. Il sert également de veilleuse ajustable, de berceuse, et de babyphone/walkie-talkie. En outre, il permet d'enregistrer périodiquement le rythme de sommeil de l'enfant et d'identifier les conditions les plus favorables à son sommeil. Ainsi, les parents n'auront plus qu'à programmer la berceuse via Bluetooth et à superviser en temps réel le sommeil de l'enfant.

https://www.youtube.com/watch?v=RpjbIgr3xzg

Dreaminzzz et son masque d’hypnose connecté

Dreaminzzz vous fait découvrir un environnement propice au sommeil avec son masque HYPNOS. Celui-ci permet d'éviter le stress et d'oublier les angoisses de la journée, pour s’endormir et se réveiller au rythme des lumières. Quelques minutes de respiration guidée par une voix et l’exploration d’un univers immersif vous permettent de retrouver un sommeil vraiment récupérateur.

Article écrit par Ny Ando Randrianarisoa