

Paris, 7/02/2011

L'Institut de Recherche sur le Stress (IRS) attribue son label « contre le stress » au Sleeptracker

Depuis toujours il existe des pratiques, des traitements et des appareils qui sont censés nous aider à mieux combattre et à mieux vivre avec le stress; cela commence par le chat que l'on caresse, puis par le jardinage jusqu'à la dernière mode de passer des « vacances bien-être ». Mais ces nouvelles tendances incluent malheureusement aussi l'utilisation de substance ou technologies parfois douteuses.

La surenchère des offres ces dernières années sur le marché du stress et du bien-être avec des produits de plus en plus innombrables a poussé l'IRS à aider et orienter les utilisateurs dans leur choix en primant des produits exceptionnels et ou hors du commun qui ont prouvé véritablement leur efficacité contre le stress.

Le Sleeptracker présente d'une certaine manière l'archétype du produit recherché. En effet c'est même le produit qui a influencé l'accélération du processus de lancement de ce nouveau label. Raison pour laquelle nous avons tenu à informer le public de ce produit.

Aujourd'hui le stress commence, pour beaucoup de personnes, avant-même de s'être levé du lit. Les réveils traditionnels sonnent à une heure fixe sans prendre en compte la phase de sommeil de l'utilisateur. C'est ici que le Sleeptracker apporte un plus : il prend en compte la phase de sommeil de l'utilisateur et lui permet ainsi un réveil en pleine forme. Il suffit de programmer par exemple l'heure maximale de réveil à 07:00 avec un créneau horaire antérieur à ce moment de 20 minutes. Si l'utilisateur a un éveil intra-sommeil (micro-éveil) dans ce créneau, par exemple à 06:52 ce dernier sera réveillé 8 minutes plus tôt mais se sentira en pleine forme, et sans stress ! Ce réveil respecte l'horloge biologique de l'utilisateur et aide à commencer la journée avec plus de sérénité.

De plus, grâce à son alarme vibration le Sleeptracker respecte également le sommeil du conjoint en cas de réveil décalé. Celui-ci dispose encore de temps pour rester endormi.

Le Sleeptracker est l'exemple type d'un transfert réussi d'une technologie utilisée dans le domaine médical appliqué à un produit grand public. En effet l'actimétrie (détection des mouvements) est utilisée depuis des dizaines d'années déjà dans les centres de sommeil ! Cette actimétrie se retrouve dans le Sleeptracker qui se présente comme une simple montre bracelet pour déterminer les éveils intra-sommeil, ces moments propices pour être réveillé en pleine forme. Bien sûr le Sleeptracker n'est pas conçu pour diminuer la durée du sommeil et un bon sommeil reste la condition sine qua non pour bien se lever le matin.

Jean Krakowiecki
Président, Institut de Recherche sur le Stress

Institut de Recherche sur le Stress
Association Loi 1901 à but non lucratif.
Président : Jean Krakowiecki

Tel: 02-37-64-71-63
Mail : info@gestiondustress.net
<http://www.gestiondustress.net>

Sleeptracker contact presse :

Daniel Ovadya
Tel: 09 70 46 19 70
Mail: presse@sleeptracker.fr
<http://www.sleeptracker.fr>