

Pour améliorer le sommeil, MOONA agit sur la température de l'oreiller grâce à un dispositif thermorégulé

Selon de nombreuses études, nous dormons en moyenne une heure de moins aujourd'hui que pendant les années 50. Ce phénomène a malheureusement des conséquences néfastes sur notre bien-être, notre productivité mais surtout notre santé ! La recherche scientifique a montré un lien entre privation de sommeil et augmentation des risques de cancer, crise cardiaque et maladie d'Alzheimer.

Sur un marché du sommeil en plein boom, estimé à 80 milliards de dollars d'ici 2020, [MOONA](#) développe un produit non intrusif ayant une action tout au long de la nuit. Le dispositif intelligent s'adapte, nuit après nuit, au sommeil de ses usagers et régule la température de leur oreiller pour améliorer la qualité de leur nuit.



Les Français face à une "épidémie du sommeil"

Les personnes qui peinent à s'endormir doivent sans cesse faire face à des lendemains pénibles. Cette situation est celle de millions de français. 30% de la population hexagonale dort moins de 6h par nuit. Aux Etats-Unis, c'est 2 adultes sur 3 qui souffrent de **troubles du sommeil** au moins une fois par semaine, ce qui représente 170 millions de personnes uniquement Outre-Atlantique !

Les dernières études montrent l'**importance du sommeil** (ou de son manque) sur la santé, l'humeur, la productivité, les liens sociaux, etc. Pour autant, la qualité et la quantité de notre sommeil continuent de diminuer. De nombreux experts parlent même d'une *"épidémie du sommeil"*.

Partant du constat que la plupart des solutions actuelles ne répondaient pas à leurs attentes, deux entrepreneurs ont décidé de lancer **MOONA**, un dispositif de **régulation de la température** au niveau de la tête et de la nuque pour aider les utilisateurs à s'endormir plus rapidement, dormir plus profondément et se réveiller en douceur.

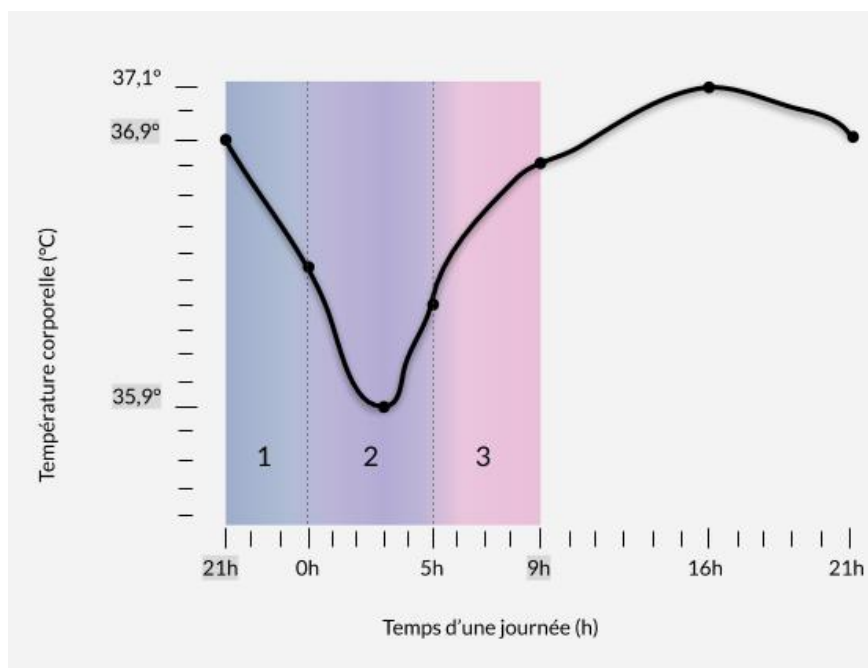


MOONA : favoriser le sommeil et l'endormissement en régulant la température corporelle

MOONA a pour mission d'améliorer la santé et le bien-être des personnes souffrant de problèmes de sommeil en leur proposant des solutions naturelles et non médicamenteuses. MOONA permet d'améliorer le sommeil en aidant le corps à suivre son besoin physiologique de "fraîcheur" pendant la nuit.

Avez-vous déjà retourné votre oreiller du côté frais ?

La recherche scientifique a montré que la température joue un rôle clé dans la qualité du sommeil. La température corporelle doit baisser pour que nous puissions nous endormir et rester basse pendant la nuit pour assurer une bonne qualité de sommeil.



Les fondateurs sont formels :

« Nous sommes convaincus qu'améliorer la qualité de notre sommeil est l'une des meilleures façons d'améliorer la santé publique. »

Ils ajoutent :

« Dans le futur, nous souhaitons développer d'autres solutions pour prendre soin de son sommeil comme via la méditation, la musique, la lumière, la sophrologie, etc... »

MOONA : comment ça marche ?

MOONA s'adresse à toutes les personnes désireuses de mieux dormir et plus particulièrement à celles souffrant de problèmes de sommeil liés à la chaleur (femmes souffrant de bouffées de chaleur, personnes souffrant de sueurs nocturnes pouvant parfois être causées par des pathologies lourdes comme la sclérose en plaque).



Lors de la première mise en marche, l'utilisateur est invité à compléter son profil sur l'application. MOONA lui suggère ensuite des températures pour les premières nuits et différents capteurs (mouvement, humidité, luminosité ambiante...) viennent lui offrir des informations sur la qualité de son sommeil. L'analyse de ces données permet également d'améliorer l'efficacité du système dans le temps, notamment grâce au machine learning.

Ainsi, nuit après nuit, MOONA retient ses habitudes de sommeil et adapte sa température à ses besoins, lui proposant une expérience sur mesure toutes les nuits.

- Endormissement : MOONA se refroidit (environ 24°C) pour accélérer l'endormissement
- Rester endormi : MOONA maintient une température fraîche (vers 26°C) pour limiter les réveils
- Réveil : MOONA se réchauffe progressivement pour offrir un réveil en douceur.

De quoi est composé MOONA pour améliorer le sommeil ?

MOONA est composé :

- D'un boîtier de contrôle

Le boîtier de contrôle contient une pompe à chaleur. Il régule la température de l'eau, qui circule ensuite en continu dans le sur-oreiller. Il possède trois boutons et

un petit écran LED permettant d'allumer le système et de choisir la température désirée.

Ce boîtier contient trois capteurs pour suivre la température, l'humidité et le niveau de luminosité de la chambre. C'est en son sein que se trouvent les puces Bluetooth et Wi-Fi pour se connecter à l'application.

- **D'un sur-oreiller**

Une couche de plastique, qui contient l'eau, est recouverte de mousse à mémoire de forme pour maintenir le confort. **La couverture en coton du sur-oreiller est respirante** et s'enlève pour être nettoyée. Le sur-oreiller est compatible avec tous les oreillers et fait moins de 3 cm d'épaisseur.



La tête ne repose pas sur de l'électronique, seul un petit capteur de mouvement est situé à l'extrémité du sur-oreiller.

- **D'une application mobile**

Elle permet de choisir un **profil de température** complet et l'heure de réveil. L'application offre aussi des informations sur la qualité du sommeil et un espace coaching, où l'utilisateur peut en apprendre plus sur l'importance du sommeil et les meilleurs conseils pour l'améliorer. Il est aussi possible d'utiliser MOONA sans l'application !

Les pré-commandes sont clôturées : l'heure est au lancement officiel !

Après trois années de recherche et développement (R&D), deux études cliniques et plus de 400 tests d'utilisateurs, environ 100 prototypes produits et des milliers de bugs résolus, l'innovation **MOONA s'apprête à changer le quotidien de millions de personnes !**

Les premiers dispositifs ont déjà été livrés aux personnes ayant rejoint la liste de pré-commande et les retours sont bons, comme en témoigne Ben D. :

« C'est la première fois en 10 ans que je vais me coucher sans risquer de me réveiller trempé de la tête aux pieds, quelque soit la température de ma chambre. »

John C. :

« J'ai testé plus de 10 oreillers différents, tous prônant une technologie rafraîchissante ; aucun ne fonctionne, c'est le premier produit réellement efficace ! »

ou encore Nathalie D. :

« J'ai très bien dormi avec MOONA et je l'apprécie de plus en plus. [...] MOONA est ma nouvelle amie ! »

A propos de MOONA et de ses fondateurs

MOONA, c'est l'idée de **Coline et David**, deux anciens insomniaques. Après des années de nuits agitées, lassés de considérer les troubles du sommeil comme une fatalité, ils décident de réagir en fondant MOONA en 2016 afin de combattre cette épidémie moderne qu'est le manque de sommeil.



Sur la base des dernières avancées en matière de recherche sur le sommeil, ils développent MOONA avec l'aide de docteurs dans l'objectif de **réguler activement la température corporelle pour aider les gens à s'endormir plus vite et rester endormis.**

« Nous avons appris que chaque partie du corps joue un rôle différent dans la régulation de la température corporelle. Nous avons décidé de nous concentrer sur la tête et le cou, une région du corps clé dans la régulation de la chaleur. Ce choix nous permet d'ajuster la température corporelle "centrale" plus efficacement. »

Convaincus que le sommeil est quelque chose de très personnel (divers chronotypes, différentes préférences de température, causes d'un mauvais sommeil variables...), ils adaptent leur système pour chaque profil afin d'offrir de meilleurs résultats.

- **Coline Juin - Cofondatrice et présidente**

Coline est titulaire de deux diplômes de Master, en Ingénierie Industrielle (École Centrale Paris) et en Science et Management de la Technologie (National University of Singapore). Elle apporte des années d'expérience en gestion de projet à l'équipe MOONA : elle a notamment



été Directrice des Opérations - Projets Spéciaux chez JCDecaux à New York.

- **David Stoikovitch - Cofondateur et directeur technique**

David est titulaire d'un Master en Management de l'ESSEC Business School, avec une spécialisation en Data Analytics. Il a travaillé en tant qu'analyste chez Google et au Hardware Club. Il gère l'équipe technique et supervise le développement des technologies nécessaires à MOONA.

En savoir plus

Site Internet : <https://fr.getmoona.com/>

Twitter : <https://twitter.com/GetMoona>

Facebook : <https://www.facebook.com/getmoona/>

Instagram : <https://www.instagram.com/getmoona/>

LinkedIn : <https://www.linkedin.com/company/getmoona/>

Contact presse

Murati VISAR

Mail : visar@getmoona.com

Tél : 06 79 57 45 24