



**INFORMATION !**

## **L'OREILLER ERGONOMIQUE A MEMOIRE DE FORME**

Pour bien dormir, il ne suffit pas d'avoir un bon matelas contrairement à ce que beaucoup de personnes pensent. L'oreiller a également son rôle à jouer pour un sommeil réparateur.

Aussi appelé **oreiller ergonomique cervical** c'est une véritable solution qui règle bien des problèmes. **Ses bienfaits sont nombreux pour votre corps comme pour votre sommeil !**

L'oreiller ergonomique est un oreiller dont **le rôle est d'épouser la forme de votre tête et de votre nuque afin d'améliorer votre confort et donc la qualité de votre sommeil.**

### **De nombreux bienfaits**

- La tête et la colonne restent bien alignées pour un confort optimal
- **Les cervicales sont mieux soutenues. Les muscles du cou et les épaules sont plus détendus** et sont alors soulagés des raideurs et des tensions.
- **Une meilleure qualité de sommeil.**
- **Il réduit l'apnée du sommeil.** Le coussin ergonomique va en effet restaurer la respiration et **mieux contrôler les ronflements.**

Vous vous réveillerez en meilleur forme, plus reposé et **sans douleurs au cou ou au dos.** Un coussin ergonomique **peut vous réconcilier avec votre sommeil mais également votre corps.**