



* ZOOM Restez branchée !

OPTEZ POUR LA PPP :

Préparation Physique du Périnée

FINI LES « JE COURS DONC JE FUIS ». ON A TESTÉ EMY, LE FITNESS CONNECTÉ DU PÉRINÉE.
UNE SAGE-FEMME ET UN KINÉ À VOTRE SERVICE DANS CETTE SONDE BLEUE CONÇUE,
DÉVELOPPÉE ET FABRIQUÉE EN FRANCE ! **Par Sandrine Nail-Billaud**

Ce qu'on sait déjà

Les bienfaits de la technique du *biofeed back* pour faire la rééducation du périnée: mais oui, il s'agit de cette sonde vaginale très désagréable qui envoie des impulsions électriques pour vous faire prendre conscience de votre périnée et un écran avec un graphisme d'une autre époque qui vous demande de serrer et desserrer votre périnée pour « coller » aux dessins (schémas? croquis?) présents sur l'écran... trente minutes à une heure où on serait mieux en train de faire autre chose et ailleurs.

Ce qui est nouveau

Le look et la morphologie : enfin une sonde qui s'adapte à toutes les femmes et toutes les morphologies et SANS fil qui dépasse! Ce qui permet de se rhabiller, une fois la sonde en place.

La douceur et la couleur de la sonde et oups quand on l'agite, elle s'allume. Sa micro-boîte de rangement blanche qui est aussi son chargeur (par induction).

Le pilotage par son smartphone

(ben oui, on ne s'en sépare jamais alors autant lui trouver une autre utilité...). L'application hyper-ludique, graphismes géniaux présentés sous la forme d'exercices de sport... pour le

périnée, des médailles à la clé et des récompenses quand les exercices sont réussis et une progression qui se fait au fur et à mesure, chacune à son rythme.

La possibilité de faire la rééducation où on veut quand on veut. Grâce aux indications sonores, vous pouvez même faire vos exercices en toute discrétion dans le métro, Et... ça marche! On dit juste: merci Emy.

Comment ça marche ?

Étape 1 : charger la sonde. Cela prend trois heures pour une charge complète.

Étape 2 : Installer l'application gratuite (Apple, Android). Emy vous signale la recherche en clignotant.

Étape 3 : Introduire la sonde. Avec ou sans lubrifiant formulé à base d'eau, elle s'introduit très facilement.

Étape 4 : Se laisser guider. Vous

décidez de la fréquence, de la durée et du type de d'exercices parmi les 20 au choix.

Quelle fréquence ?

5 minutes d'exercices du périnée tous les deux jours est un bon début pour reprendre votre plancher pelvien en main.

Combien ça coûte ?

199 € avec la sonde Emy sans fil, le boîtier de rangement, un guide d'accompagnement et l'accès premium à l'application mobile.

Plus d'infos sur www.fizimed.com

