



Communiqué de presse  
Paris, le 26 mai 2009

## Pratiks.com, votre atout beauté pour préparer l'été !

**Pratiks.com** est la première encyclopédie communautaire qui propose des conseils sous forme de **vidéos didactiques** qui rendent la vie quotidienne plus facile. La recherche est instinctive grâce à deux entrées possibles : soit par mots clés, soit par chaînes thématiques. Amour, séduction, bricolage, jardinage, sport, santé, mode, le site réunit aussi bien des savoir-faire poussés que des trucs et astuces en tout genre. L'objectif ? Avoir **un coach pratique, gratuit et disponible à toute heure du jour ou de la nuit.**

**Coach sportif ? Conseils de nutrition ? Beauté ? Loisir ?**

**Toutes les solutions pour ne plus se torturer à l'approche de l'été !**

### **Pratiks.com, toutes les astuces pour être au top de sa forme !**

Parce que l'été approche à grand pas, que le travail et les enfants monopolisent trop de temps, ou qu'un coach personnel coûte cher, **Pratiks.com réunit tous les conseils faciles à adopter pour retrouver et garder la ligne !** Vous voulez savoir comment avoir une taille de guêpe ou comment faire un footing efficace ? Pratiks.com propose pour chaque question une démonstration vidéo, avec la possibilité de faire un ralenti ou un zoom pour mieux comprendre l'exercice. Alors laissez vous guider par les conseils de professionnels et les trucs d'amateurs éclairés !

### **Conseils de professionnels, et astuces minceur...Pratiks.com vous aide à garder la ligne !**

Avec le printemps, les solutions pour mincir fleurissent. Pour ne pas se ruiner en régimes contraignants et déprimants, suivez en ligne les conseils du Docteur Fridman, nutritionniste, tout en gardant le sourire ! Comment bien choisir ses fruits ? Comment bien se nourrir en 4 repas ? **Tous les conseils nutrition sont sur Pratiks.com !**

## **Parce que l'été est synonyme de vacances, retrouvez sur Pratiks.com toutes les astuces loisirs pour que l'été soit radieux !**

Que vous soyez salsa ou rock'n roll, apprenez par étapes les pas de bases de la danse pour en mettre plein la vue à vos amis ! L'exercice vous a plu ? Vous pouvez noter la vidéo, l'ajouter à vos favoris, et trouver des vidéos similaires. De quoi danser jusqu'au bout de la nuit !

Votre dextérité au golf ou au tennis laisse à désirer ? Consultez les conseils de professionnels chevronnés pour ne plus avoir le sentiment de gêner l'équipe. Attirée par les sports nautiques, découvrez les bases du jetski ou de la voile pour un divertissement plus sûr !

Et pour celles qui préfèrent se dorer au soleil, Pratiks.com réunit les astuces les plus insolites pour faire la sirène sans autre préoccupation que d'en profiter !

Retrouvez aussi tous les conseils beauté pour être toujours à votre avantage de jour comme de nuit, au sport ou en soirée !

## **Apprendre de façon ludique et pratique en un clic, voilà l'originalité de Pratiks !**

### **Pratiks.com, une encyclopédie de tous les gestes pratiques de notre quotidien !**

Parce que rien ne vaut une démonstration en image, l'équipe de Pratiks.com met son savoir-faire et sa technologie au service de tous. Chaque internaute peut contribuer à enrichir les sites en postant simplement la vidéo de son savoir-faire. L'équipe de Pratiks participe aussi au contenu en interviewant des professionnels et en produisant quelques vidéos teintées d'humour. Et parce que les femmes, d'après l'adage, sont capables de faire plusieurs choses à la fois, il est bon de souligner que nombreuses sont les contributions vidéo d'internautes féminines !

*« Pratiks rencontre depuis son lancement un véritable succès auprès des femmes, celles-ci viennent y chercher des conseils et astuces pour se simplifier la vie et accroître leurs talents, mais plus surprenant, elles sont déjà nombreuses à partager leurs connaissances et savoir-faire en postant des vidéos toujours plus pertinentes ! La solidarité est définitivement un mot féminin ! »* commente Gaël Pollès, créateur du site Pratiks.com.

Pour les problèmes auxquels il n'y aurait pas encore de réponse en image, le forum de Pratiks permet non seulement de faire part de ses commentaires, mais aussi de poser de nouvelles questions, de proposer de nouveaux défis au génie humain !

**Vous souhaitez une visite guidée de Pratiks.com ? Suivez le guide : [www.videoiris.com/demopratik](http://www.videoiris.com/demopratik)**

Pour tous ceux qui se sentent conquis par [l'esprit Pratiks.com](http://lesprit.pratiks.com), un blog du même nom complète le site : les internautes y trouveront toute l'actualité, parfois même en avant-première, mais aussi l'histoire et la revue de presse de Pratiks.

#### **A propos de Pratiks.com**

Pratiks.com se positionne comme le premier site français de solutions en vidéo dédié à chaque instant de la vie quotidienne. Lancé en janvier 2009, ce site communautaire compte déjà plus de 1.400 membres et 50 000 visiteurs uniques par mois. Basée à Paris, Pratiks est une jeune société française créée en 2008 par Gaël Pollès, animateur et journaliste télé, et Jean-Paul O'Meny.

[www.pratiks.com](http://www.pratiks.com)

Pour de plus amples informations, n'hésitez pas à contacter notre service presse :

#### **Contact presse**



**OXYGEN**  
**Maëlle Garrido / Pauline Moreau**  
01 41 11 37 85  
[maelle@oxygen-rp.com](mailto:maelle@oxygen-rp.com)