Gdańsk, 4.06.2018

JAK ŚPIĄ POLACY

**Sypialnia to najważniejsze miejsce w domu. Często zwierzęta domowe a zwłaszcza koty nie dają nam się wyspać. Jednak to stres jest najczęstszą przyczyną złej jakości snu. To główne wnioski z ankiety przeprowadzonej przez JYSK wśród swoich klientów**

W badaniu wzięło udział ponad 6500 polskich klientów.

* 36% śpi za mało – 6 godzin lub mniej
* 44% ocenia swój sen jako średni
* 77,7% odczuwa brak energii po źle przespanej nocy
* 55% śpi na materacach sprężynowych
* 78% uważa, że testowanie materaca w sklepie jest ważne
* Dla 91% ważna jest jakość materaca

*Zapytaliśmy Polaków jak ważny jest dla nich sen, czym kierują się przy wyborze materaca czy poduszki, jakie czynniki wpływają najbardziej na dobry sen, czy też co im najbardziej przeszkadza. Niektóre deklaracje bardzo nas zaskoczyły–* mówi Aleksandra Chalimoniuk, dyrektor PR i Komunikacji*. Postanowiliśmy odpowiedzieć na wiele zagadnień dotyczących jakości snu i uruchomiliśmy specjalny dedykowany serwis* [*www.JYSK.pl/jak-spia-polacy*](http://www.JYSK.pl/jak-spia-polacy) *-* dodaje Chalimoniuk

**Sypialnia najważniejszym miejscem w domu**

Klienci JYSK odpowiedzieli, że sypialnia jest dla nich najważniejszym miejscem  
w domu. Mimo to, 80% ankietowanych przez JYSK przyznało, że odczuwa brak energii po źle przespanej nocy. Prawie 40% ankietowanych doświadcza wybudzania się w nocy. A 65 procent nie może spać z powodu stresu.

**Sofa czy materac**

W dobrym śnie przeszkadzają nam nie tylko stres, ale bardzo często zwierzęta domowe. Większość ankietowanych przyznała, że ich sen przerywają ….koty.   
Z badań wynika ponadto, że częściej w nocy budzą się osoby śpiące na sofie niż te wypoczywające na materacu. Klienci JYSK chętnie testują materace w sklepie a dla aż 90% jakość materaca jest ważna. Klienci deklarują, że wymieniają go nawet co 3-4 lata.

*Z higienicznego punktu widzenia materac powinniśmy wymieniać co 7-8 lat.  
Z każdym rokiem użytkowania materac zużywa się, jest to nieodłączny element jego pracy. Należy pamiętać również o tym, że nie tylko materac się zmienia, ale także organizm wraz z wiekiem potrzebuje innego rodzaju podparcia* – mówi Patryk Nowak, lider sprzedaży w sklepie JYSK.

*Wyniki ankiety to dla nas punkt wyjścia do rozpoczęcia cyklu edukacyjnego dotyczącego dobrego snu. Analizując ilość problemów ze snem, z jakimi codziennie zderzają się nasi klienci, postanowiliśmy przygotować serwis, w którym będziemy publikować informacje na temat dobrej jakości snu. Pod adresem* [*www.JYSK.PL/jak-spia-polacy*](http://www.JYSK.PL/jak-spia-polacy) *znajduje się mnóstwo praktycznych porad i ciekawostek a serwis będzie stale rozbudowywany o nowe treści –* dodaje Chalimoniuk

**O badaniu**

Ankietę wypełniło ponad 6500 klientów. Badanie zostało przeprowadzone między 08.2017 a 01.2019. Największą grupę respondentów stanowili klienci pomiędzy 36 a 50 rokiem życia ( 33,9 % ) oraz 26-35 ( 28,9 % ). Ankietę wypełniło prawie 90 % kobiet, 13,4 % ankietowanych stanowili mężczyźni.

O JYSK

JYSK jest międzynarodową siecią handlową, wywodzącą się z Danii, która sprzedaje „wszystko dla domu”. Jej założycielem jest Lars Larsen, który w 1979 roku otworzył swój pierwszy sklep w duńskim mieście Arhus. Placówka nadal istnieje, a grupa JYSK obejmuje obecnie ponad 2 500 sklepów w 50 krajach na całym świecie. Roczny obrót grupy wynosi około 3,12 miliardów € i systematycznie rośnie. Sieć zatrudnia ok. 21 000 pracowników.

Nazwa firmy wywodzi się z języka duńskiego, w którym słowo „jysk” oznacza oznacza "coś" lub - jak Lars Larsen - "kogoś" z Półwyspu Jutlandzkiego i jest często kojarzone ze skromnością, dokładnością i uczciwością.

W Polsce JYSK istnieje od 18 lat. W ponad 200 sklepach rocznie zakupy robi ponad 11,5 miliona Polaków. Sieć dynamicznie się rozwija, każdego roku otwieranych jest kilkanaście nowych placówek. Firma prowadzi też sprzedaż on-line. W Polsce JYSK zatrudnia ponad 2 200 osób.