

# PremierInn Schlafstudie

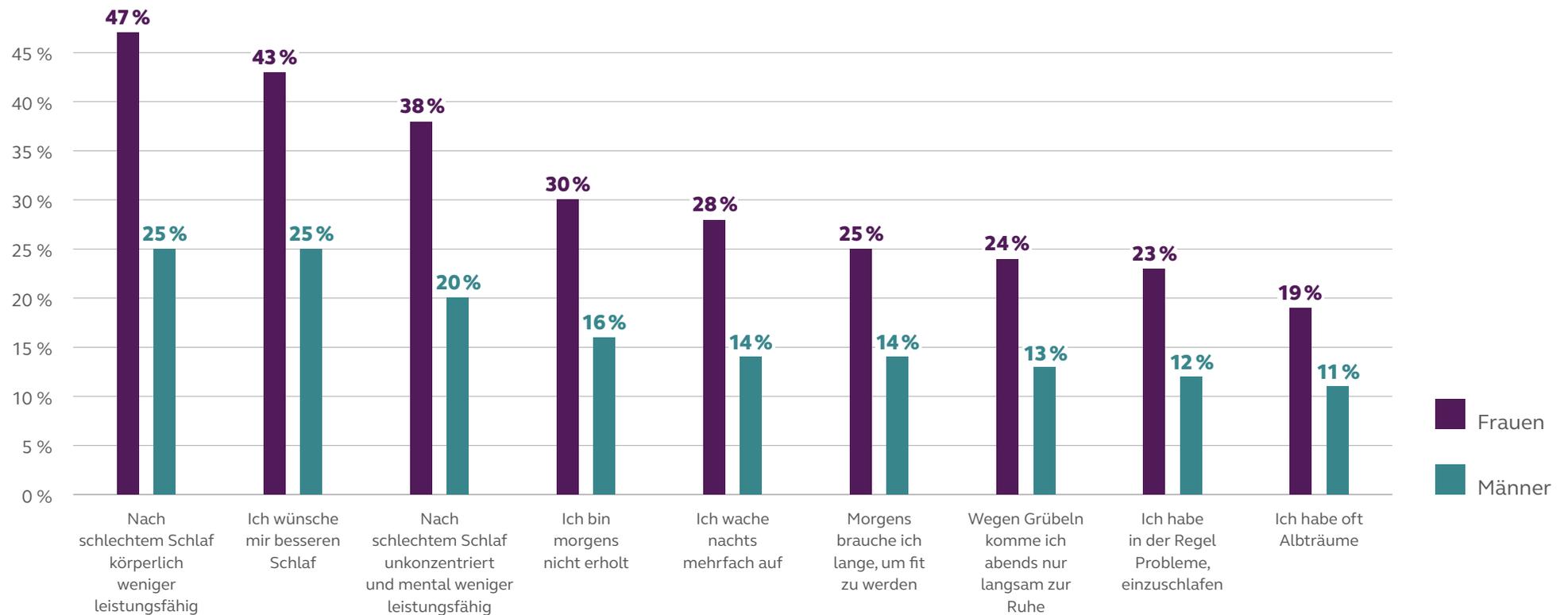


# Schlechter Schlaf setzt Frauen stärker zu als Männern

## Frage:

Welchen der folgenden Aussagen über die Qualität Ihres Schlafs zum Einschlafen und Aufstehen stimmen Sie zu bzw. welche Aussagen treffen auf Sie zu?

Grafische Darstellung ausgewählter Aussagen

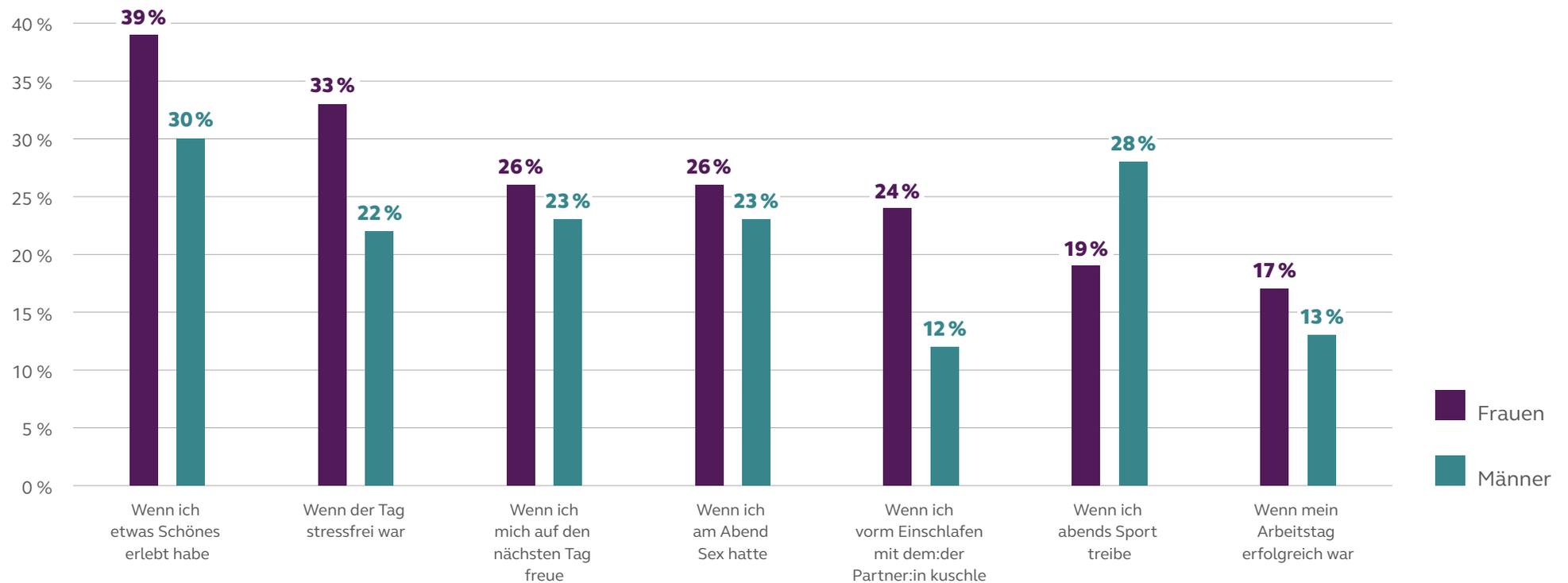


# Männer schlafen gut, wenn sie sich abends auspowern – Frauen, wenn sie vor dem Einschlafen kuscheln

## Frage:

In welcher der folgenden Situationen schlafen Sie besonders gut?

Grafische Darstellung ausgewählter Aussagen



Hinweis: Reihenfolge der Nennung erfolgt bei identischen gerundeten Prozentzahlen laut Nachkommastellen;

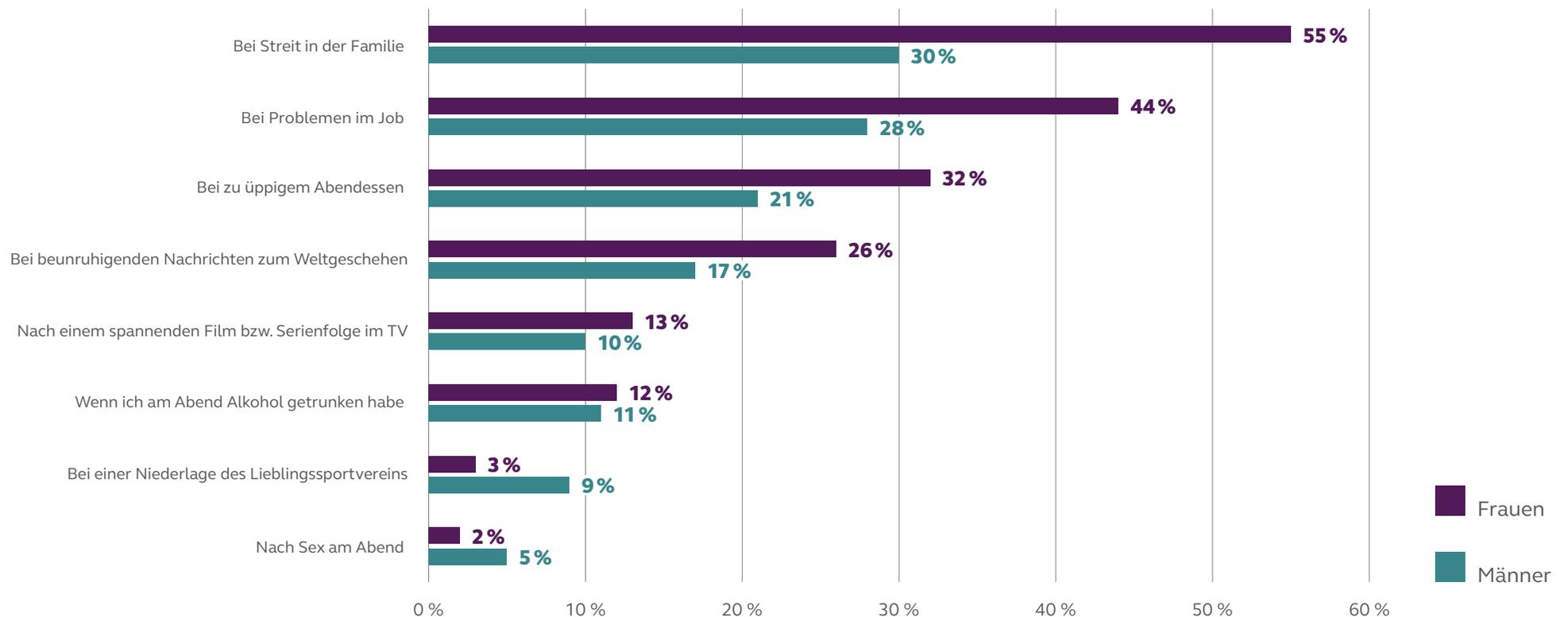
Quelle: Premier Inn Schlafstudie 2022; durchgeführt vom Meinungsforschungsinstitut OnePoll unter 4.000 Erwachsenen im Mai/Juni 2022

# Familienzwist raubt Frauen den Schlaf – Männer kommen nach Vereinspleiten schlechter zur Ruhe

## Frage:

In welcher der folgenden Situationen schlafen Sie besonders schlecht?

Grafische Darstellung ausgewählter Aussagen

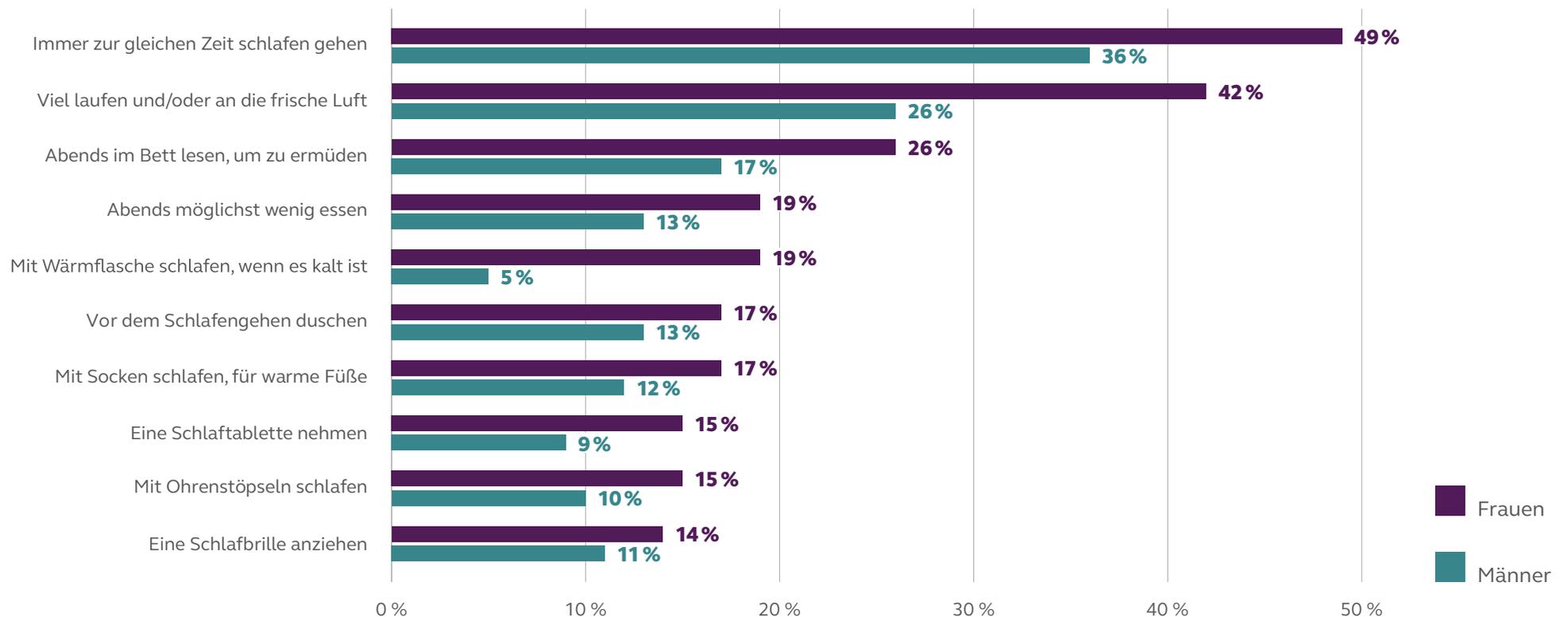


# Frauen mögen es nachts kuschelig, still und dunkel – Männer setzen weniger auf Routine, Bewegung oder Rituale

## Frage:

Auf welche Weise haben Sie schon versucht, die Qualität Ihres Schlafs zu verbessern?

Grafische Darstellung ausgewählter Aussagen

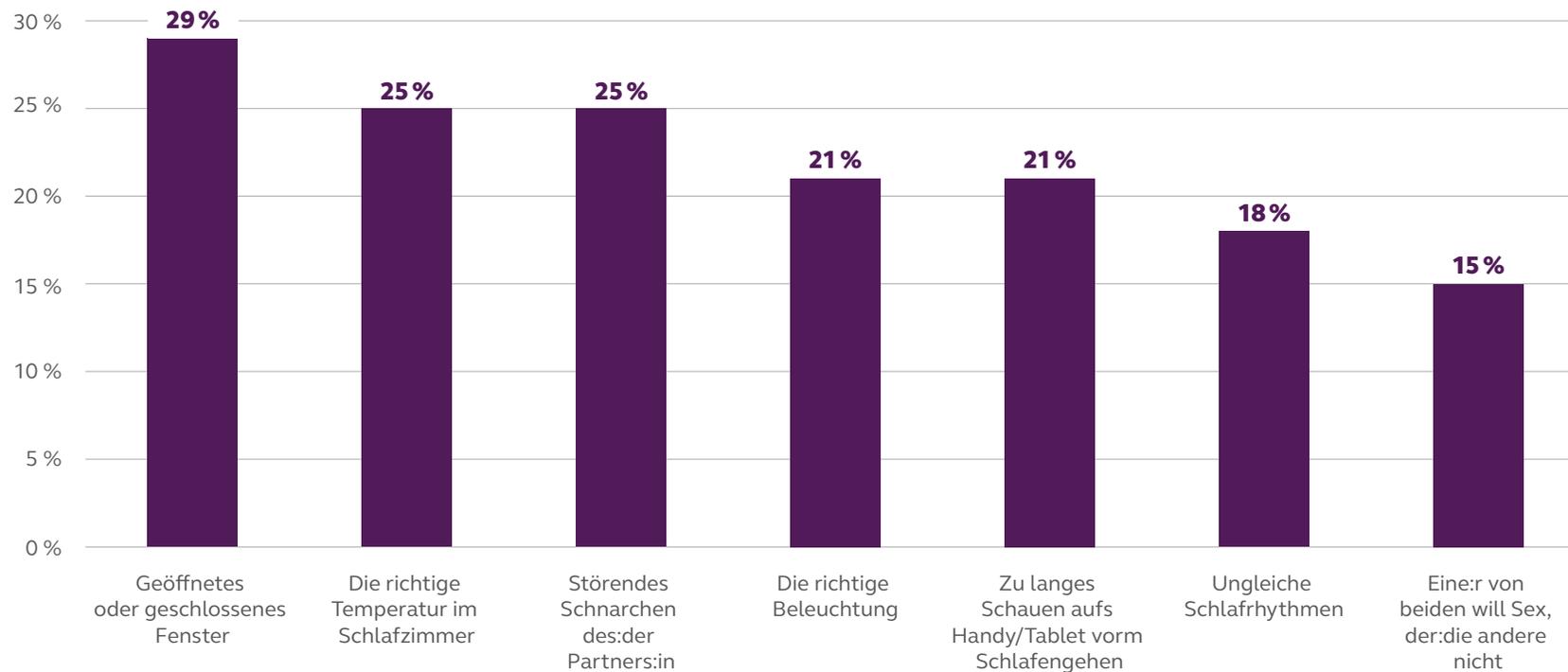


# Zu kalt, zu laut, zu hell, zu eng: Worüber Paare im Schlafzimmer streiten

## Frage:

Welche der folgenden Themen diskutieren Sie kontrovers mit Ihrem/Ihrer Partner:in wegen des gemeinsamen Schlafzimmers?

Grafische Darstellung ausgewählter Aussagen



Hinweis: Reihenfolge der Nennung erfolgt bei identischen gerundeten Prozentzahlen laut Nachkommastellen;

Quelle: Premier Inn Schlafstudie 2022; durchgeführt vom Meinungsforschungsinstitut OnePoll unter 4.000 Erwachsenen im Mai/Juni 2022

# Störendes Schnarchen sorgt besonders in Thüringen, im Saarland und in Niedersachsen für Konflikte unter Paaren

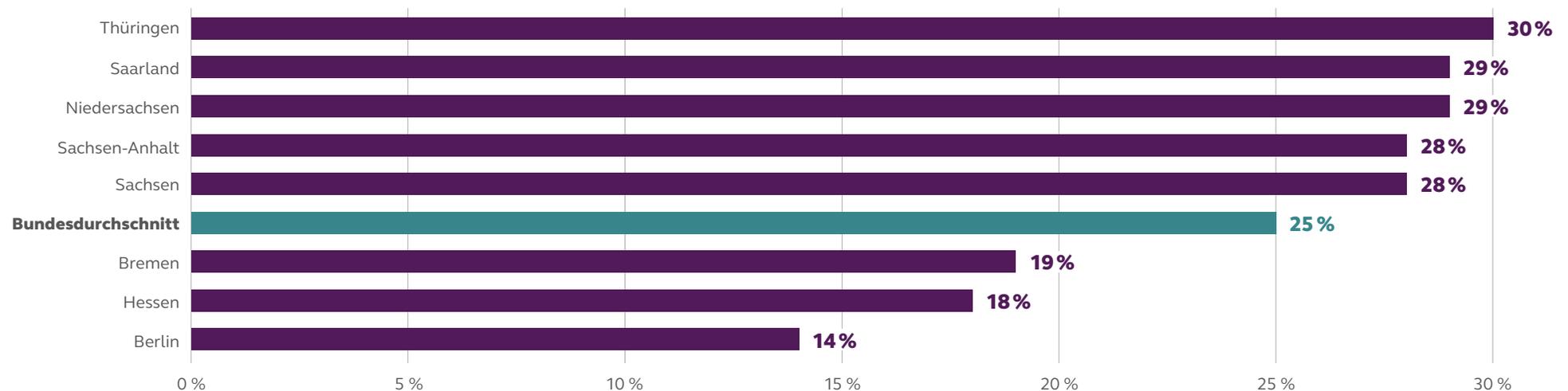
## Frage an Erwachsene, die sich ein Schlafzimmer teilen:

Welche Themen diskutieren Sie kontrovers mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin wegen des gemeinsamen Schlafzimmers?

## Hier Antwort:

Ob sich eine:r von beiden vom Schnarchen des Partners oder der Partnerin gestört fühlt

Grafische Darstellung von Bundesländern (5 höchste, 3 niedrigste Werte) sowie Bundesschnitt



Hinweis: Reihenfolge der Nennung erfolgt bei identischen gerundeten Prozentzahlen laut Nachkommastellen;

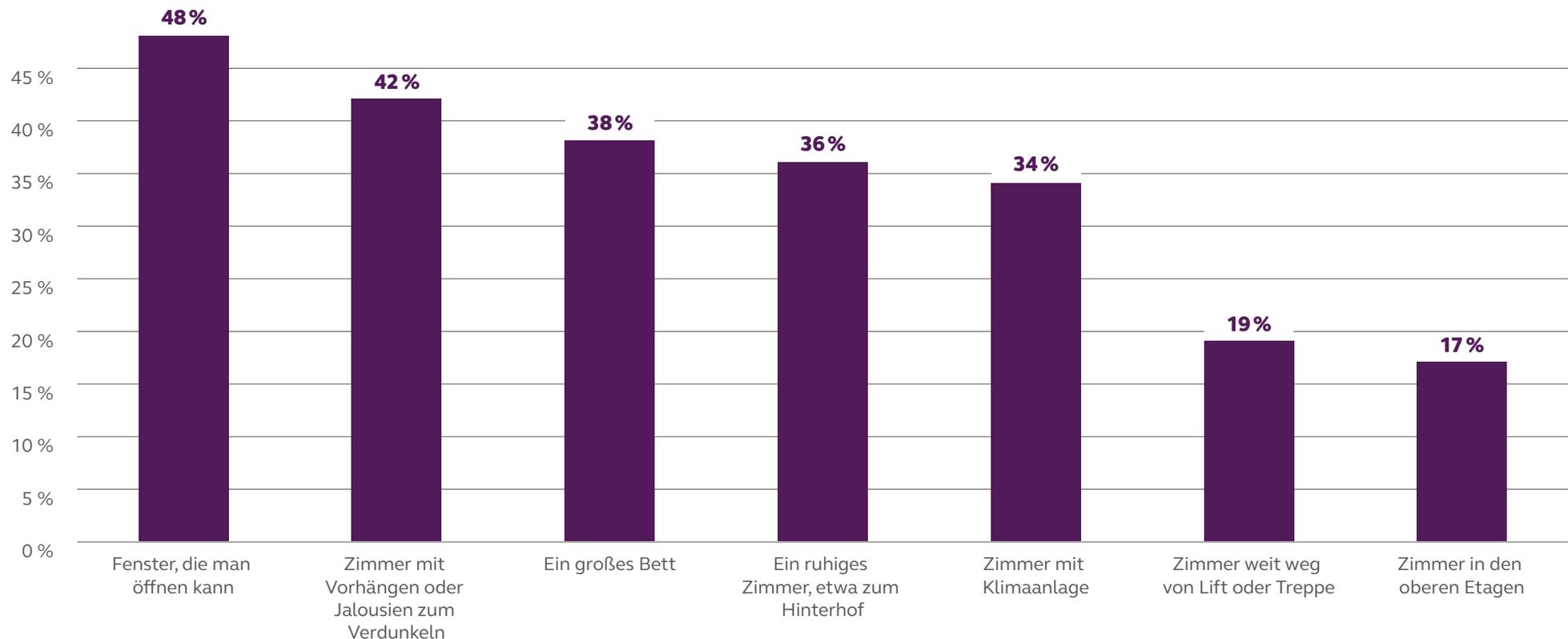
Quelle: Premier Inn Schlafstudie 2022; durchgeführt vom Meinungsforschungsinstitut OnePoll unter 4.000 Erwachsenen im Mai/Juni 2022

# Hotelgäste wünschen sich für einen erholsamen Schlaf frische Luft, Dunkelheit, ein großes Bett und ruhige Lage

## Frage:

Wenn Sie an Ihre Hotelübernachtungen denken, welche der folgenden Eigenschaften oder Ausstattungen sollte Ihr Zimmer haben?

Grafische Darstellung ausgewählter Antworten



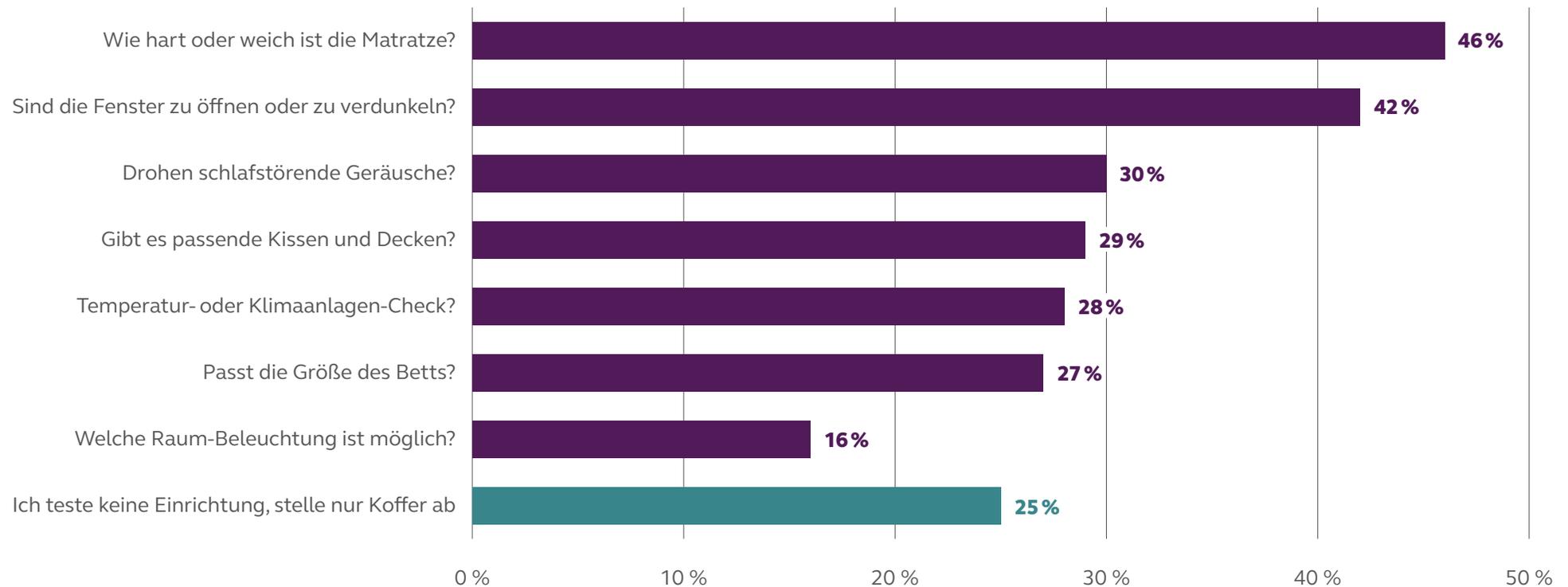
Quelle: Premier Inn-Schlafstudie; durchgeführt vom Meinungsforschungsinstitut OnePoll unter 4.000 Erwachsenen; hier: 3.610 Befragte als Umfrage-Basis derjenigen, die schon Erfahrungen mit Hotel-Übernachtungen haben; fehlender Anteil: 9,7 Prozent

# Fast die Hälfte der Hotelgäste testet als erstes die Matratze – Beleuchtung ist für die meisten unwichtig

## Frage:

Welche der folgenden Dinge prüfen Sie als erstes, wenn Sie in ein Hotelzimmer kommen?

Grafische Darstellung ausgewählter Antworten; bis zu fünf Angaben bei Beantwortung möglich



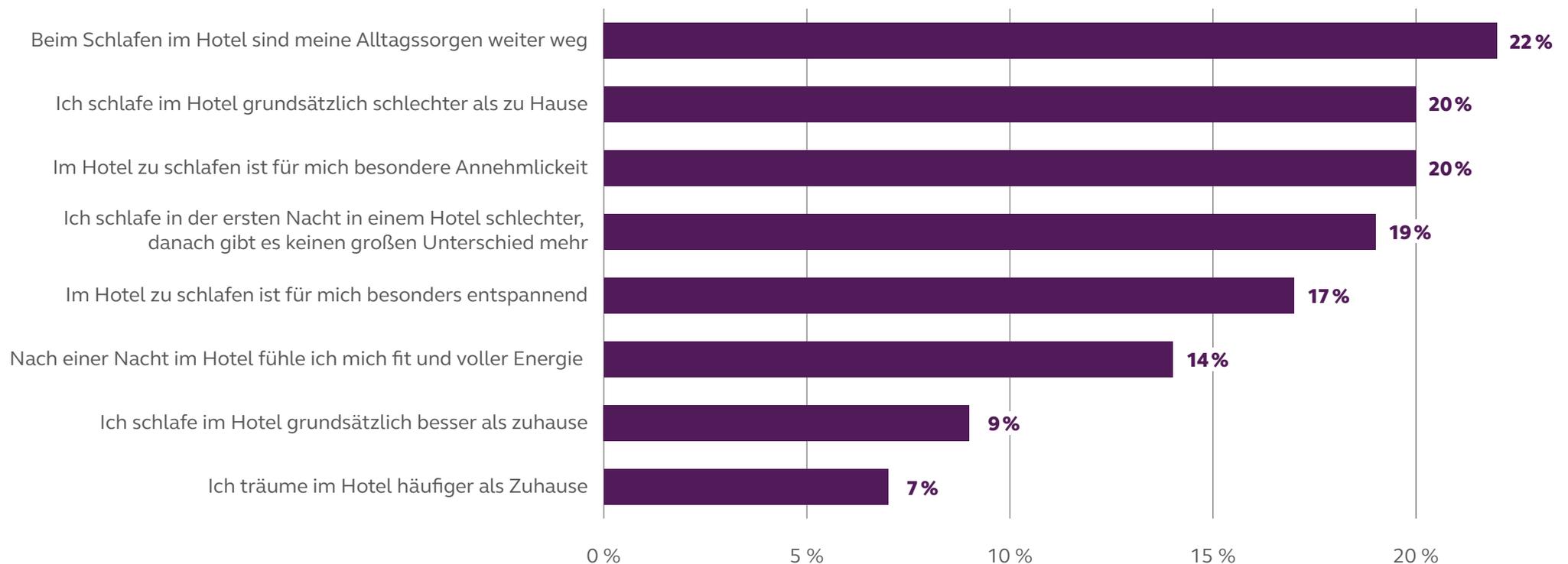
Quelle: Premier Inn-Schlafstudie; durchgeführt vom Meinungsforschungsinstitut OnePoll unter 4.000 Erwachsenen; hier: 3.610 Befragte als Umfrage-Basis derjenigen, die schon Erfahrungen mit Hotel-Übernachtungen haben; fehlender Anteil: 9,7 Prozent

# Im Hotel vergessen viele Gäste ihre Alltagssorgen – und einige träumen sogar häufiger als daheim

## Frage:

Wenn Sie an Ihre Übernachtungen in Hotelzimmern denken, welche der folgenden Aussagen treffen auf die Schlafqualität dort zu?

Grafische Darstellung ausgewählter Antworten



Quelle: Premier Inn-Schlafstudie; durchgeführt vom Meinungsforschungsinstitut OnePoll unter 4.000 Erwachsenen; hier: 3.610 Befragte als Umfrage-Basis derjenigen, die schon Erfahrungen mit Hotel-Übernachtungen haben; fehlender Anteil: 9,7 Prozent

# Gedöst wird am liebsten daheim – doch auch Busse, Bahnen und Flugzeuge eignen sich für den Energieschlaf

## Frage:

Wenn Sie Power Naps machen, also tagsüber weniger als 45 Minuten schlafen, in welchen der folgenden Situationen tun Sie dies?

Grafische Darstellung ausgewählter Antworten

