



## COMUNICAT DE PRESĂ

București, 10 februarie 2015

### **Studiul IKEA despre dimineți: bucureștenii se trezesc mai devreme decât locuitorii altor capitale europene**

**Diminețile din timpul săptămânii înseamnă sunetul alarmei, miros de cafea, o gustare, poate o îmbrățișare grăbită. Din secunda în care te trezești și până ieși pe ușă, activitățile de dimineață îți pun ziua în mișcare. Bucureștenii au dimineți pline, în care se trezesc devreme (75% se trezesc la 7:00 sau chiar înainte), petrec în medie 13 minute pentru a se aranja și uneori iau micul dejun alături de cei dragi. Acestea și alte date se regăsesc într-un studiu\* despre obiceiurile bucureștenilor din diminețile zilelor lucrătoare, realizat de IKEA România la finalul anului trecut.**

Cercetarea locală vine în completarea primului studiu „**Life at Home Report**” (<http://lifeathome.IKEA.com/>) derulat de compania IKEA în 2014. „Life at Home Report” este o cercetare despre cum arată viața de zi cu zi acasă în diferite zone ale globului, iar prima ediție a avut în centrul atenției diminețile oamenilor din 8 capitale importante: Berlin, Londra, Moscova, Mumbai, New York, Paris, Shanghai și Stockholm.

*„Ne interesează modul în care oamenii își petrec timpul acasă tocmai pentru că ne dorim să obținem informații care se ne ajute să le oferim soluții pentru o viață de zi cu zi mai bună.”*, a declarat la lansarea studiului Mikael Ydholm, research manager IKEA Group.

Revenind la bucureșteni, cele mai importante rezultate ale studiului sunt:

#### **Bucureștenii sunt matinali**

- Bucureștenii se trezesc mai devreme decât alți europeni din capitalele incluse în studiu (75% se trezesc la 7:00 sau mai devreme și 94% dintre ei se trezesc înainte de ora 9:00)
- Aproape jumătate consideră că sunt persoane matinale
- Cu toate că sunt matinali, 69% apasă butonul de snooze al telefonului cel puțin o dată
- 4 din 10 bucureșteni se simt foarte creativi dimineața, la scurt timp după trezire, cel mai ridicat procent dintre țările europene participante
- Timpul petrecut de la trezire până la plecarea de acasă este de 1 oră și 21 de minute, mai puțin decât media celorlalte orașe din cercetare, care este de 1 oră și 37 de minute

#### **Aspectul este important**

- Bucureștenii petrec în medie 13 minute în fiecare dimineață pentru a se aranja (16 minute femeile, 11 bărbații) și 6 minute pentru a alege cu ce să se îmbrace
- Majoritatea femeilor își rezervă timp dimineața pentru machiaj și coafat. 64% dintre femei se machiază dimineața și 2 din 3 bucureșteni își aranjează părul dimineața
- 8 din 10 bucureșteni se simt încrezători atunci când pleacă de acasă, cel mai mare procent din toate orașele analizate; bărbații se simt însă mai încrezători decât femeile (84% față de 74%)

#### **Momente de meditație**

- 53% dintre bucureșteni cred că este important să își ia câteva minute dimineața pentru a reflecta asupra zilei care urmează, însă doar 15% fac acest lucru. Cele mai întâlnite activități asociate cu meditația sunt dușul (39%) și ascultatul muzicii (36%)

### **Importanța micului-dejun**

- 80% cred că servirea micului dejun în diminețile din timpul săptămânii este importantă pentru o stare de bine
- Totuși, doar 51% dintre bucureșteni iau micul dejun acasă în timpul săptămânii, mai puțin ca în celelalte capitale (62%)
- 41% folosesc telefoane/tablete/computere în timp ce iau micul dejun, iar 37% se uită la televizor

### **Timpul petrecut alături de cei dragi**

- 45% dintre bucureștenii care locuiesc împreună cu un partener obișnuiesc să îl îmbrățișeze sau să îl sărute în diminețile din timpul săptămânii
- 82% dintre bucureștenii care au copii cred că este important să îi îmbrățișezi sau să îi săruți dimineața, însă doar 41% o fac
- Părinții bucureșteni folosesc telefoanele mobile și computerele mai mult în timpul săptămânii: 44% folosesc tehnologia zilnic și 63% dintre părinți cred că este important pentru starea lor de spirit
- Doar 9% dintre părinții bucureșteni se joacă alături de cei mici în diminețile din timpul săptămânii. În schimb, 81% spun că este important pentru starea lor de spirit

### **Productivitatea matinală**

- 20% dintre bucureșteni sunt de părere că diminețile sunt cele mai stresante perioade ale zilei
- 7% dintre bucureștenii care lucrează sau studiază au obiceiul de a lucra frecvent dimineața, acasă – un procent mai mic decât media celorlalte orașe (10%)
- 45% dintre bucureștenii care lucrează sau studiază au lucrat la un moment dat la biroul de acasă, 27% la masa de la bucătărie și 26% din pat. Din fericire, doar 13% au lucrat în baie în timpul săptămânii
- 50% dintre studenții bucureșteni au lucrat din pat în diminețile din timpul săptămânii

### **Pregătirea pentru o nouă zi**

- Nouă din zece bucureșteni se pregătesc pentru dimineață cu o seară înainte. Înainte de culcare, cel mai mult îi stresează trezirea de a doua zi și, mai ales, faptul că s-ar putea să nu audă alarma
- 64% dintre bucureșteni fac duș sau baie seara

### **\*Metodologie**

Datele au fost obținute prin intermediul unui chestionar online distribuit prin e-mail către un eșantion reprezentativ de vârstă și sex la nivel național. În București, au răspuns 1.022 de persoane cu vârste cuprinse între 18 și 60 de ani. Grupele de vârstă au fost alese pentru a păstra caracterul unitar al studiului în toate orașe, în care media de vârstă pentru pensie este de 60 de ani. În plus, metodologia de cercetare a fost aleasă în funcție de stilul de viață al consumatorilor din mediul urban, care sunt conectați la internet. Cercetarea a fost realizată în octombrie 2014 în colaborare cu agenția de business intelligence United Minds.

IKEA este o companie de retail mobilier și decorațiuni, de origine suedeză, fondată în 1943 de Ingvar Kamrad. Marca IKEA a fost înregistrată în 1943, în Suedia. Majusculele din denumirea IKEA provin din inițialele numelui fondatorului: Ingvar Kamrad, numelui fermei unde a crescut: Elmtaryd, și numelui satului în care se găsea ferma: Agunnaryd. Compania IKEA deține peste 340 de magazine în 43 de țări sau teritorii, dintre care 37 de magazine sunt francize deținute de alte companii decât IKEA Group. Magazinul IKEA din România a fost al 253-lea deschis în a 35-a țară, pe 21 martie 2007. Până în luna martie 2010 a fost operat în sistem de franciză locală, iar după aceea IKEA România a devenit parte din IKEA Group. Detalii pe [www.IKEA.ro](http://www.IKEA.ro).

### **Viziunea IKEA**

Să creăm o viață de zi cu zi mai bună pentru cât mai mulți oameni.

**Misiunea IKEA**

Să oferim o gamă largă de produse de mobilier, accesorii și decorațiuni pentru casă - funcționale și cu un design de calitate, la prețuri atât de scăzute încât cei mai mulți oameni să și le poată permite.