

« Les Couples et leur Literie » – Enquête CIL 2006¹- Premiers résultats :

Les couples français sont satisfaits de leur literie mais un quart d'entre eux ne la renouvellent pas assez régulièrement

Paris, le 25 septembre 2006 - Bonne nouvelle ! Le taux de satisfaction des Français à l'égard de leur literie est très important puisqu'il atteint 85 %.

75 % des Français savent qu'il est souhaitable de renouveler sa literie (sommier et matelas) au moins tous les 10 ans, dont 22 % pensent qu'il est souhaitable de la renouveler tous les 5 ans et 54 % avant 10 ans au maximum.

Mais il reste encore près d'un quart de nos concitoyens qui sont prêts à passer un tiers de leur vie - c'est le temps que nous passons à dormir - dans une literie usée. Evidemment 50 % d'entre eux, qui possèdent leur literie depuis plus de 10 ans, la considère toutefois « fatiguée » contre seulement 14% de ceux qui l'ont achetée dans les 5 dernières années.

Pour ces couples Français qui jugent que leur literie est un peu ou très fatiguée, il faut en changer et rappeler que la literie est une question de bien être et de santé car dormir sur une literie usée peut nuire fortement à la qualité du sommeil !

Après 10 ans, la literie perd 30 % de ses qualités d'origine.

Rappelons que 10 ans représentent 3 650 nuits, soit à peu près 30 000 heures d'utilisation ; à raison de 40 mouvements par nuit en moyenne, on effectue donc 150 000 mouvements sur la même période.

Dès que l'on commence à sentir les ressorts, que les enfoncements se font excessifs, ou que le matelas conserve la forme du corps une fois levé, c'est que la literie nuit au dormeur... Il est alors grand temps de la renouveler !

Changer de literie est aussi une question d'hygiène : nous perdons par transpiration 40cl d'eau chaque nuit...pour un couple, le matelas doit donc absorber et évacuer près de 300 litres d'eau par an.

Contacts Presse CIL / APL

Cécilia Larcange et Cécile Lardillon/ Agence GCI-groupe Grey

Tel : 01 49 70 43 11 / clarcange@gci-grey.com

[/clardillon@gci-grey.com](mailto:clardillon@gci-grey.com)

¹ L'enquête du Centre d'Information de la Literie « Les couples français et leur literie » a été conduite au printemps 2006 via Internet auprès d'un échantillon de 400 personnes représentatif de la population française vivant en couple et âgée de 20 à 65 ans. 75 % des couples interrogés ont un ou plusieurs enfants.