



PERSBERICHT

## **DeGroteBedtest.be doet Vlamingen nadenken over hun slaapcomfort**

BRUSSEL, 12 september 2014 – *Vandaag wordt DeGroteBedtest.be voor het eerst gelanceerd, een handige digitale vragenlijst die de Vlamingen uitdaagt om na te gaan hoe het gesteld is met hun slaapcomfort. De praktijk wijst namelijk uit dat veel mensen geen idee hebben van de leeftijd van hun matras of bedbodem. Nochtans heeft wetenschappelijk onderzoek uitgewezen dat je - in het belang van een gezonde nachtrust - je matras en bedbodem best om de 10 jaar vervangt. Een nieuw bed kan namelijk tot 42 minuten extra nachtrust geven.*

### **DeGroteBedtest.be, een initiatief van De Slaapraad**

Al 18 jaar verspreidt De Slaapraad de boodschap “vervang om de 10 jaar je matras en bedbodem”. Intussen is deze boodschap door de meerderheid van de Vlamingen gekend. Alleen leert de praktijk dat vele Vlamingen niet weten hoe oud hun matras en/of bedbodem is, en als ze het al weten, daarom niet noodzakelijk na 10 jaar de stap zetten om deze te vervangen. Daarom vindt De Slaapraad het hoognodig om de Vlamingen uit te dagen om zelf te checken hoe het gesteld is met hun bed. En dit aan de hand van een interactieve test.

Onderzoek van slaapexpert Dr. Idzikowski heeft uitgewezen dat de aanschaf van een nieuw bed tot 42 minuten extra slaap kan opleveren. Bovendien is het om hygiënische en ergonomische redenen aangewezen om je matras en bedbodem na 10 jaar te vervangen.

Katja De Vos, communicatieverantwoordelijke van De Slaapraad, geeft toelichting bij DeGroteBedtest.be: “Uit wetenschappelijke studies is effectief gebleken dat er wel degelijk een rechtstreeks verband is tussen de kwaliteit van je slaapsysteem en de kwaliteit van je slaap. Daarom willen wij de consument op een neutrale manier bewustmaken van het belang van een goede matras, bedbodem en hoofdkussen. Een interactieve online bedtest die de consument gemakkelijk zelf kan uitvoeren, leek ons hiertoe dan ook de meest geschikte manier.”

### **Test zelf je bed in ruil voor professioneel advies op maat**

De online enquête kan worden ingevuld via [www.degrotebedtest.be](http://www.degrotebedtest.be). Je beantwoordt een aantal digitale vragen over je manier van slapen en je bedsysteem. Het eindresultaat is een kwalitatieve evaluatie op jouw maat. Indien nodig of gewenst, kan je met het eindresultaat voor advies langsgaan bij een erkend lid van De Slaapraad uit jouw regio. De deelnemende handelaars zijn herkenbaar aan de hand van de sticker “Erkend lid van De Slaapraad”.

Bovendien kan je na het invullen van de bedtest deelnemen aan een wedstrijd waarbij je voor € 5.000 euro aan slaapcomfort kan winnen. De wedstrijd loopt vanaf 15 september tot en met 15 november 2014. Ook na het aflopen van de wedstrijd blijft de bedtest online en kan je nog steeds de vragen invullen om een persoonlijke evaluatie van je slaapcomfort te krijgen.

DeGroteBedtest.be is een initiatief van



De Slaapraad vzw is een neutraal orgaan dat in 1996 werd opgericht op initiatief van fabrikanten en handelaars uit de slaapcomfortsector met als doel het grote publiek bewust te maken van het belang van een goede en gezonde nachtrust.

Voor meer informatie over DeGroteBedtest.be en/of over De Slaapraad:

Katja De Vos

Communicatieverantwoordelijke De Slaapraad vzw

Tel. 02 528 58 43 – GSM 0476 31 64 67

[info@deslaapraad.be](mailto:info@deslaapraad.be)

[www.degrotebedtest.be](http://www.degrotebedtest.be) - [www.deslaapraad.be](http://www.deslaapraad.be)